

Christopher Vasey

Les compléments alimentaires naturels

Extrait du livre

[Les compléments alimentaires naturels](#)

de [Christopher Vasey](#)

Éditeur : Editions Jouvence



<http://www.editions-narayana.fr/b18881>

Sur notre [librairie en ligne](#) vous trouverez un grand choix de livres d'homéopathie en français, anglais et allemand.

Reproduction des extraits strictement interdite.

Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern, Allemagne

Tel. +33 9 7044 6488

Email info@editions-narayana.fr

<http://www.editions-narayana.fr>



Sommaire

Introduction	7
L'importance de l'alimentation pour la santé . . .	9
<i>Les carences</i>	13
<i>Maladies de carences et de surcharge</i>	18
<i>L'origine des carences</i>	23
<i>L'homme moderne est multi-carencé</i>	26
<i>Le dépistage des carences</i>	29
<i>Comment combler les carences</i>	34
<i>Vitamines synthétiques ou naturelles ?</i>	37
<i>Nutriments isolés ou complexes ?</i>	39
Les compléments alimentaires naturels	43
<i>La pratique des cures</i>	45
<i>La levure de bière</i>	47
<i>La gelée royale</i>	67
<i>L'huile de foie de flétan</i>	81
<i>L'huile de lin</i>	89
<i>La spiruline</i>	99
<i>Les algues marines</i>	113
<i>La mélasse noire</i>	123
<i>Le germe de blé</i>	133
<i>Le ginseng</i>	145
<i>Le pollen</i>	157
<i>L'argousier</i>	169
Tableau récapitulatif	175
Adresses utiles	183



Christopher Vasey

[Les compléments alimentaires naturels](#)

Les indispensables pour votre santé et votre vitalité

190 pages, broché
publication 2012



Plus de livres sur homéopathie, les médecines naturelles et un style de vie plus sain

www.editions-narayana.fr