

La Naturopathie au quotidien

par **Dominick Léaud-Zachoval**

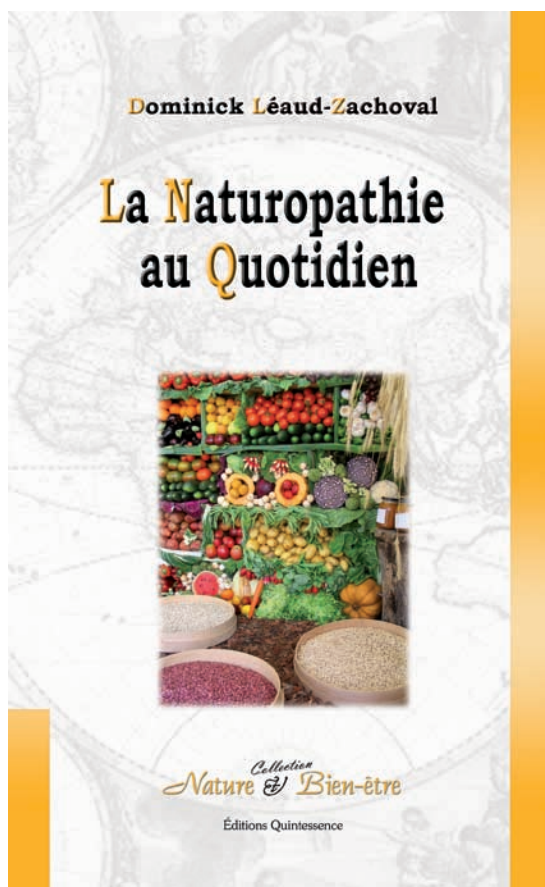
ISBN 978-2-913281-20-2

352 pages - Format 15 × 23
Prix public : 24 € • 39,90 CHF



Édition revue et corrigée disponible à partir d'avril 2007

Connaître son corps, mieux se nourrir, savoir choisir dans la nature ce qui nous convient le mieux, c'est prendre sa santé en main et avancer chaque jour vers l'harmonie.



Rester en bonne santé, par des gestes simples au quotidien, est accessible à chacun d'entre nous. Connaître son corps, découvrir les grands mécanismes de la vie, apprendre à choisir les bons aliments et mettre en œuvre quotidiennement les outils que la Nature met à notre disposition pour vivre pleinement, sont les thèmes que vous propose Dominick Léaud-Zachoval dans cet ouvrage La Naturopathie au quotidien.

En faisant appel aux valeurs fortes de la naturopathie, qui donne la priorité à la prévention et à l'éducation, dans un langage simple et précis, l'auteur vous permet d'accéder à des connaissances essentielles, souvent réservées aux spécialistes. Ses conseils, faciles à appliquer, sont un premier pas vers une prise en charge de votre santé par la prévention et l'hygiène de vie.

Pour le profane, pour l'étudiant comme pour le professionnel de la santé, il y a matière à réfléchir et à se réapproprier des outils, longtemps délaissés, que les anciens utilisaient depuis toujours.

La naturopathie, telle que nous la présente Dominick Léaud-Zachoval, est dépoussiérée des dogmes anciens, loin de toute attitude partisane, consciente des avancées scientifiques et véritablement tournée vers l'avenir, elle s'inscrit dans

une démarche de santé où l'éducation sanitaire et la prévention ont leur place. Plutôt que d'opposer, il s'agit de compléter et de rassembler ce qui est épars.

Dominick Léaud-Zachoval, praticien de Santé Naturopathe, est né à Tanger en 1960.

Installé comme naturopathe à Marseille, puis à Aix-en-Provence, il est cofondateur de l'école libre de naturopathie *ÆSCULAPE* où il enseigne, et il intervient ponctuellement auprès de professionnels de la santé. Il dispense également des cours auprès du grand public dans le sud de la France. Afin de donner une place plus grande à l'information, aussi bien dans le domaine du Bio, que de l'environnement et de la santé naturelle, il crée à Marseille, en 1999, le Salon Artemisia dont il est le président.

