



CALENDRIER REDACTIONNEL

2016

SEMESTRE 1

JANVIER

DOSSIER

Les racines du bien-être

AROMA

La santé buccodentaire

MANGER SAIN

Les poudres de santé (gomasio...)

NUTRITION

Mieux dormir

BON GESTE

Soutenir le système immunitaire de l'enfant

FÉVRIER

DOSSIER

La médecine des plantes (anthroposophie, élixirs)

AROMA

Affûter son intuition

MANGER SAIN

La banane et autres fruits exotiques

NUTRITION

Alcaliniser l'organisme

BON GESTE

La trachéite

MARS

DOSSIER

Utiliser les minéraux contre l'ostéoporose

AROMA

Les infections urinaires

MANGER SAIN

Un verre de bière

NUTRITION

L'allaitement

BON GESTE

Detox ciblée (métaux lourds, médicaments...)

AVRIL

DOSSIER

L'air, l'eau, le feu et la terre pour se soigner

AROMA

L'intestin irritable

MANGER SAIN

Les ombellifères (carotte, fenouil...)

NUTRITION

Alzheimer

BON GESTE

La peau des ados

MAI

DOSSIER

L'olfacto-thérapie pour se sentir bien

AROMA

Une synergie anti-moustiques

MANGER SAIN

Les effets de la salade (antioxydant...)

NUTRITION

Manger cru

BON GESTE

L'apnée du sommeil

JUIN

DOSSIER

Les cheveux (santé et beauté)

AROMA

5 points de réflexologie

MANGER SAIN

Les fruits rouges

NUTRITION

Le système veineux

BON GESTE

L'intoxication alimentaire