

# ACCOMPAGNEMENT DU CORPS ET DE L'ESPRIT FACE AU CANCER - PRÉSERVER UNE QUALITÉ DE VIE AVEC LA NATUROPATHIE

Éditions Quintessence

**Camille Delas, Corinne Mairet**

Aujourd'hui, les traitements contre le cancer s'améliorent régulièrement, mais leurs effets secondaires restent difficiles à supporter par les malades.

**Dans cet ouvrage, les auteures se proposent d'accompagner et de soutenir le consultant pour vivre au mieux toutes les étapes de la maladie et de sa convalescence.**

La première partie du livre est consacrée à l'approche allopathique du cancer (origine, développement, traitements, parcours de soins...). La deuxième partie présente des outils consacrés à l'hygiène de vie et de routine bien-être à mettre en place au quotidien pendant et après cette période de vie éprouvante : alimentation, techniques respiratoires et de relaxation, phytothérapie, accompagnement psychologique pour réduire l'anxiété, exercices de yoga... Ces nouvelles habitudes visent à renforcer le corps, l'esprit et apaiser les pensées. Elles permettront d'améliorer la résistance de l'organisme face aux traitements, d'apporter l'énergie nécessaire grâce à une alimentation vitalité et de maintenir le corps en équilibre.

Porteur d'espoir, ce livre est une invitation à se prendre en main pour devenir acteur de son bien-être physique et émotionnel.

Signature

*Après dix ans d'activité en entreprise, Camille Delas se forme en phytothérapie, naturopathie et massages. Elle propose des séances d'accompagnement en hygiène de vie et prévention santé ainsi que des séjours de pratique. Elle intervient en tant que bénévole au sein de l'association Univers-K, plateforme d'accompagnement de personnes atteintes de cancer.*

*Naturopathe et éducatrice à la santé, Corinne Mairet développe depuis des années ses compétences avec pour leitmotiv : empathie, compréhension, créativité et douceur. Du courant hygiéniste, elle a à cœur de transmettre des outils et des recommandations naturopathiques favorisant l'autonomie de tout à chacun pour (re)prendre en main sa santé.*

87 - Haute-Vienne, 69 - Rhône



Réf. 72835

Précommande n° : L99166

**09/05/2023**

20 €

Livre Broché • 208 pages • 15 x 23 cm

Illustrations couleur

Collection : « Ressources & Santé »

Santé - Bien-être

Pathologies - 035

**Cancer  
Naturopathie  
Prévention santé  
Hygiène de vie**

**Il donne des outils et techniques naturopathiques concrets.**

Table des matières

Approche allopathique : anatomie et physiologie du cancer, traitements et parcours de soins

Approche naturopathique : dès l'annonce / pendant le traitement / de la convalescence à la rémission (bases de la naturopathie, l'alimentation, le soutien, relancer l'énergie vitale, rester en contact avec son corps, conserver l'équilibre)

Glossaire - Glossaire herbolistique

Annexes : Synthèse d'élixirs floraux / Méditation / Techniques de relaxation et d'ancrage / Adresses utiles pour l'aidant et le patient / Adresses pour se procurer : vitamines et minéraux, plantes, compléments alimentaires / Nutriment et aliments / Recettes / Techniques respiratoires.