

Éditorial



© Olivier Dion

Chère lectrice, cher lecteur,

Derrière chaque ouvrage présenté dans ce catalogue, il y a une histoire : celle d'une autrice ou d'un auteur qui a eu à cœur de partager sa passion, son savoir, son expérience.

Il y a également celle de sa rencontre avec son éditrice ou son éditeur.

Et encore derrière ces deux premières étapes clés, il y a mille et une autres histoires, mille et une autres rencontres. Travail du manuscrit, choix d'une couverture, promotion, conseil en librairie ou sur les réseaux... chaque spécialiste colore la vie d'un livre.

Mais, plus que jamais, la personne qui marque son chemin, c'est vous.

Vous qui, en le choisissant, puis en le lisant, lui donnez vie et magnifiez son histoire sans le savoir.

Alors, la question qui nous brûle les lèvres, c'est : lesquels de nos ouvrages attireront votre attention ?

Vous hésitez ? Les pages qui suivent devraient vous aider...

Belles découvertes à vous !

**Charlène Guinoiseau-Ferré,
Codirectrice des Éditions Jouvence**

SOMMAIRE

ÉDITORIAL.....	1	Alimentation.....	43	Développement personnel.....	69
DÉVELOPPEMENT PERSONNEL.....	3	Pilates/gym douce.....	47	Enfant-famille	74
Les Quatre Accords toltèques	3	Autres thématiques	47	Couple.....	76
La Communication NonViolente.....	6	NATURE, JARDIN, ÉCOLOGIE.....	54	CAHIERS D'EXERCICES.....	77
Ho'oponopono.....	8	COUPLE, FAMILLE, ENFANTS	57	Petits Cahiers d'exercices	77
Autres thématiques	8	SOCIÉTÉ	61	Les cahiers de Brigitte	83
POUR LES ENFANTS	22	VIE PRATIQUE.....	63	Mon cahier poche.....	84
ROMANS	24	COLLECTION PRATIQUES.....	65	le Soir Venu.....	87
ÉSOTÉRISME, SPIRITUALITÉ	28	Alimentation santé	65	CHÂTEAU D'ÂMES.....	90
Oracles de poche	28	Vie pratique.....	66	INDEX DES AUTEURS.....	93
Autres thématiques	34	Nature, jardin, écologie.....	66	INDEX DES TITRES.....	99
COLLECTION #SANS FILTRE	38	Médecines douces.....	67		
SANTÉ	40	Médecines douces/naturopathie....	67		
Naturopathie	40	Santé, forme, beauté	68		

Les prix, titres et couvertures indiqués, non contractuels, sont susceptibles d'être modifiés.

Pour contacter les auteurs, voir notre site www.editions-jouvence.com, rubrique « Nos auteurs ».

Certains sont présentés dans ce catalogue ; vous les retrouverez et trouverez l'ensemble de leurs œuvres en consultant l'index des titres par auteurs, p. 93.

Certains titres portant un numéro de collection sont identifiés par un code représentant la collection, suivi du numéro.

MCP : Mon cahier poche, P : Pratiques, PCE : Petit Cahier d'exercices.

Visuels : couverture : Adobe stock ©LadadikArt ; Charlotte Thomas, p. 21 ; Nathalie Seidou, p.22 ; Romain Guyard, p. 23 ; © Thanatchaphan, p. 27 ; Stéphane Schlupp, p. 70 ; Aurélie de la Pontais, p. 75 ; François-Xavier Pavion, p.82 ; ©Jean Augagneur, p.86 ; Adobe Stock : ©Manon, p.7 ; © Alena Lyssanov, p. 33 ; © smile, p. 40 ; © elenabsl, p. 49 ; ©Sanot, p.50 ; © vik.stock, p. 53 ; © grivina, p. 61 ; © Good Studio, p. 62 ; ©beau, p.64 ; ©Salomi Art, p.66 ; © Guma, p. 76 ; © Evgenia, p.81

Les ouvrages de cette section invitent à suivre la voie de votre bien-être. Ici, point de recettes toutes faites mais des sentiers que nous vous invitons à emprunter, aux côtés d'experts bienveillants, pour créer votre chemin de vie propre ! Vous êtes unique, ne l'oubliez jamais !



Don Miguel Ruiz, bien que né et élevé au Mexique par une mère *curandera* (guérisseuse) et un grand-père

magical (chaman), choisit de faire des études de médecine et de devenir chirurgien. Une rencontre avec la mort (NDE), au début des années 1970, a changé sa vie. Il s'est dès lors consacré à la maîtrise de la sagesse ancestrale. Il est maintenant devenu un *magical* de la lignée des chevaliers de l'Aigle, voué au partage de sa connaissance des enseignements des anciens Toltèques.

Nouvelle édition



Prières et méditations pour s'ouvrir à l'amour et au bonheur

Don Miguel Ruiz

En collaboration avec Janet Mills

Préface de Maud Séjournant

Format poche

120 p. - 8,95 €

ISBN : 978-2-88954-018-2

Laissez-vous guider par la sagesse de don Miguel

Ruiz et ouvrez votre cœur à la puissance des prières et méditations.

Meilleures ventes

Best seller



Les Quatre Accords toltèques

La voie de la liberté personnelle

Don Miguel Ruiz

Format poche

144 p. - 8,95 €

ISBN : 978-2-88953-921-5

Les quatre accords qui ont BOULEVERSÉ LA VIE de millions de lecteurs.



La Maîtrise de l'amour Apprendre l'art des relations

Don Miguel Ruiz

En collaboration avec Janet Mills

Version illustrée

192 p. - 18,95 €

ISBN : 978-2-88953-676-4

La version cadeau de l'un des plus beaux textes de don Miguel Ruiz !

Best seller



La Maîtrise de l'amour Apprendre l'art des relations

Don Miguel Ruiz

En collaboration avec Janet Mills

Format poche

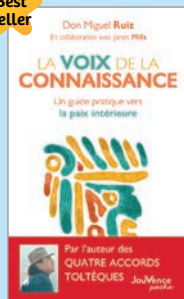
192 p. - 9,95 €

ISBN : 978-2-88953-595-8

L'amour vu par l'auteur du best-seller *Les Quatre Accords toltèques*.

Meilleures ventes

Best
seller

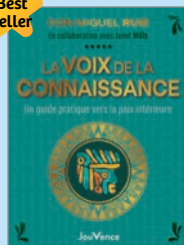


La Voix
de la connaissance
Un guide pratique
vers la paix intérieure
Don Miguel Ruiz

En collaboration
avec Janet Mills
216 p. - 8,95 €
ISBN : 978-2-88953-435-7

Écoutez-vous, mais cessez
de croire aux mensonges
pour retrouver votre bon-
heur inné.

Best
seller



La Voix
de la connaissance
Un guide pratique vers
la paix intérieure
Don Miguel Ruiz

En collaboration
avec Janet Mills
Version illustrée
240 p. - 17,95 €
ISBN : 978-2-88953-873-7

La version beau livre d'un best-seller !



Les Quatre Accords
toltèques

La voie de la liberté personnelle

Don Miguel Ruiz

Avec la collaboration

de Janet Mills

Préface de Maud Séjournant

Grand format

128 p. - 16,95 €

ISBN : 978-2-88953-731-0

Le texte pour transformer rapi-
dement votre vie en une expérience de liberté, de vrai
bonheur et d'amour.



Les Quatre Accords
toltèques

La voie de la liberté personnelle

Don Miguel Ruiz

Avec la collaboration

de Janet Mills

Version illustrée

160 p. - 18,95 €

ISBN : 978-2-88953-727-3

La version illustrée des *Quatre
Accords toltèques* !

Best
seller



Au-delà de la peur
Les clés de la sagesse
toltèque

Don Miguel Ruiz

Les enseignements de
don Miguel Ruiz recueillis
par Mary Carroll Nelson

288 p. - 9,95 €

ISBN : 978-2-88953-683-2

Observez votre vie sans peur
ni jugement et brisez les
accords négatifs que vous
avez conclus.

Le 5^e Accord toltèque
La voie de la maîtrise de soi
Don Miguel Ruiz
et don José Ruiz

En collaboration
avec Janet Mills

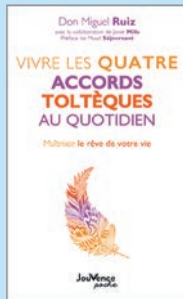
Format poche

216 p. - 8,95 €

ISBN : 978-2-88953-373-2

Avec ce dernier accord, il
s'agit de vous offrir le pou-
voir du doute afin de voir
toute votre réalité avec les yeux de la vérité, sans
mots.

Meilleures ventes



Vivre les Quatre Accords toltèques au quotidien
Maîtrisez le rêve de votre vie
Don Miguel Ruiz
Avec la collaboration de Janet Mills
Préface de Maud Séjournant
Format poche
192 p. - 10,95 €
ISBN : 978-2-88953-109-7

Mettez en pratique les Quatre Accords toltèques pour recouvrer la conscience et la sagesse de votre Moi véritable.



L'Oracle du 5^e Accord toltèque
Don Miguel Ruiz
et **don José Ruiz**
Coffret de 48 cartes et un livret de 64 p. - 29,95 €
ISBN : 978-2-88953-797-6

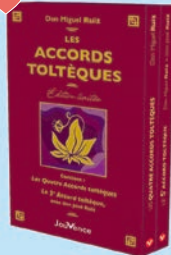
La sagesse du 5^e accord toltèque concentré en un oracle puissant !

Best seller



Les Quatre Accords toltèques transmis à mon enfant
Une histoire illustrée et des activités pratiques
Mélissa Monnier
et **Olivier Clerc**
Format poche
144 p. - 7,95 €
ISBN : 978-2-88953-739-6

Ne passez pas à côté de ce bijou d'éducation positive parrainé par don Miguel Ruiz !



Coffret :
Les Accords toltèques
Don Miguel Ruiz
et **don José Ruiz**
Contient :
Les Quatre Accords toltèques
et *Le 5^e Accord toltèque*
352 p. - 22,95 €
ISBN : 978-2-88953-798-3

Le GRAND RETOUR de l'édition limitée regroupant *Les Quatre Accords toltèques* et *Le 5^e Accord toltèque* !



L'Oracle des Quatre Accords toltèques
Don Miguel Ruiz
Coffret de 48 cartes et un livret de 64 p. - 24,90 €
ISBN : 978-2-88953-675-7

Un oracle inédit et moderne pour appliquer les Quatre Accords toltèques au quotidien.

Et aussi...

Éros
Don Miguel Ruiz et **Barbara Emrys**
176 p. - 14,90 €
ISBN : 978-2-88953-573-6

Le 5^e Accord toltèque
Don Miguel Ruiz et **don José Ruiz**
Avec la collaboration de Janet Mills
Version illustrée
240 p. - 17,95 €
ISBN : 978-2-88953-408-1

Les Quatre Accords toltèques transmis à mon enfant

Mélissa Monnier et Olivier Clerc

Grand format

128 p. - 14,90 €

ISBN : 978-2-88953-263-6

Mon année 2025
avec les Quatre Accords toltèques

Don Miguel Ruiz

144 p. - 14,95 €

ISBN : 978-2-88953-941-3

S'ouvrir à l'amour et au bonheur

Don Miguel Ruiz

Avec la collaboration de Janet Mills

Versión ilustrée

144 p. - 16,90 €

ISBN : 978-2-88953-097-7

Sagesse et magie de la maîtrise
de l'amour

Don Miguel Ruiz

96 p. - 6,90 €

ISBN : 978-2-88353-863-4

Surmonter l'adversité

Don Miguel Ruiz et Barbara Emrys

176 p. - 14,90 €

ISBN : 978-2-88953-682-5

Vivre les Quatre Accords toltèques au quotidien

Don Miguel Ruiz

Avec la collaboration de Janet Mills

Préface de Maud Séjournant

Grand format

192 p. - 19,95 €

ISBN : 978-2-88953-732-7

La Communication NonViolente

Meilleures ventes



Être vraiment soi, aimer
pleinement l'autre !

La Communication

NonViolente® en couple
et entre amis

Marshall B. Rosenberg

168 p. - 8,95 €

ISBN : 978-2-88953-893-5

La Communication NonViolente,
outil incontournable
des relations !



Marshall B. Rosenberg

(1934-2015), docteur en
psychologie appliquée,
a été le fondateur et le
directeur des services
éducatifs du Centre
pour la Communication
NonViolente. Il est l'auteur
de nombreux livres qui

contribuent à diffuser les bases de la CNV,
dont : *Les mots sont des fenêtres (ou des
murs)*, *La Communication NonViolente au
quotidien*, *Nous arriverons à nous entendre !*
et *Enseigner avec bienveillance*, tous parus
aux Éditions Jouvence.

Best
seller



La Communication
NonViolente au quotidien

Marshall B. Rosenberg

Versión ilustrée

128 p. - 14,95 €

ISBN : 978-2-88911-973-8

Le livre INCONTOURNABLE
d'une communication sans
violence !

Best
seller



Les Bases spirituelles
de la Communication
NonViolente

Marshall B. Rosenberg

144 p. - 8,95 €

ISBN : 978-2-88953-946-8

Faites la découverte d'une
expérience spirituelle inten-
sément satisfaisante et
joyeuse !

Meilleures ventes



Dénouer les conflits
par la Communication
NonViolente
Marshall B. Rosenberg
Entretiens avec Gabriele Seils
256 p. - 19,95 €
ISBN : 978-2-88953-725-9

Marshall B. Rosenberg nous
invite à nous engager pour
un monde plus vrai et plus
humain.



Les mots sont des fenêtres
(ou des murs)
Introduction à la
Communication NonViolente
Marshall B. Rosenberg

Vente dans tous les pays
francophones, sauf la France
312 p. - 19,95 €
ISBN : 978-2-88953-894-2

Le livre RÉFÉRENCE de la
Communication NonViolente !



Quand la girafe danse
avec le chacal
Les quatre temps de la
Communication NonViolente®
Serena Rust
192 p. - 8,95 €
ISBN : 978-2-88953-596-5
Découvrez un langage qui
s'adresse au cœur !

Et aussi...

Et si on s'écoutait ?
Sophie Grosjean
224 p. - 18,95 €
ISBN : 978-2-88953-773-0

La Communication BienVeillante
Michel Diviné
192 p. - 16,50 €
ISBN : 978-2-88911-501-3

Manuel de Communication NonViolente
Lucy Leu

Vente dans tous les pays francophones, sauf la France
216 p. - 16,50 €
ISBN : 978-2-88911-659-1

Sagesse et puissance
de la Communication NonViolente
Dr Anne van Stappen
Coffret de 56 cartes et un livret
de 64 p. - 24,90 €
ISBN : 978-2-88911-316-3



Ho'oponopono

Meilleures ventes

Best
seller



Ho'oponopono
Le secret des guérisseurs hawaïens

Luc Bodin et Maria-Elisa Hurtado-Graciet

144 p. - 8,95 €
ISBN : 978-2-88953-505-7

Le secret des guérisseurs hawaïens pour développer sa paix intérieure.



Le Grand Livre de Ho'oponopono
Sagesse hawaïenne de guérison

Luc Bodin, Jean Graciet et Nathalie Lamboy
Préface de Maria-Elisa Hurtado-Graciet

192 p. - 17,95 €
ISBN : 978-2-88953-837-9

Ne cherchez plus à changer les autres et le monde extérieur, découvrez plutôt ce qui a besoin d'être guéri en vous !

Et aussi...

Accompagner les enfants avec Ho'oponopono

Catherine Gremaux-Daviet

112 p. - 8,70 €
ISBN : 978-2-88911-522-8

L'Essence d'Ho'oponopono

Maria-Elisa Hurtado-Graciet

96 p. - 6,90 €
ISBN : 978-2-88911-530-3

Sagesse et puissance de Ho'oponopono

Maria-Elisa Hurtado-Graciet et Jean Graciet

Coffret de 22 cartes et un livret de 64 p. - 24,90 €

ISBN : 978-2-88953-628-3

AUTRES THÉMATIQUES

Nouveauté



10 minutes par jour pour penser moins et mieux

Ma, une méthode de transformation intérieure en provenance du Japon
David Perroud

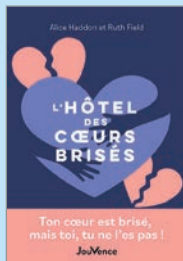
240 p. - 19,95 €
ISBN : 978-2-88984-060-1

Ma - l'art japonais de l'espace entre les choses - révèle qu'entre le chaos mental et la sérénité de l'esprit existe un chemin d'une simplicité déconcertante.



David Perroud est à la fois auteur à l'imagination foisonnante et passionné de sciences noétiques (les études de la conscience). Une combinaison unique de connaissances et d'expériences qui lui ont permis de créer la méthode Ma, déjà testée et approuvée par de nombreuses personnes. Il est également l'auteur, aux Éditions Jouvence, de plusieurs best-sellers dont *Le Chaman du Pacifique*.

Nouveautés



L'Hôtel des cœurs brisés

Ton cœur est brisé,
mais toi, tu ne l'es pas !

**Alice Haddon
et Ruth Field**

256 p. - 17,95 €

ISBN : 978-2-88953-989-5

Rendez-vous à l'hôtel des
cœurs brisés, vous en sor-
tirez grandi et transformé !



Le Livre des secrets de famille

Percez les mystères
de votre histoire

Caroline Derumigny

306 p. - 16,95 €

ISBN : 978-2-88984-039-7

Et si les réponses à vos blo-
cages se cachaient dans les
histoires que vous portez
sans le savoir ?



Le Livre de l'Avent des Queens

24 jours pour s'affirmer
et rayonner

Collectif

208 p. - 16,95 €

ISBN : 978-2-88984-022-9

Un livre de l'Avent original pour
toutes les queens prêtes à rele-
ver des défis inspirants.



Adieu la culpabilité

Se réconcilier avec soi-même
et les autres

Yves-Alexandre Thalmann

256 p. - 17,95 €

ISBN : 978-2-88984-012-0

La suite du best-seller *Au
diable la culpabilité !*, un livre
essentiel pour cultiver des
relations plus apaisées.



L'Art d'être sirène dans un monde de requins

S'affranchir de la norme
pour se sentir vivant-e

Clémentine Sebaux

224 p. - 17,95 €

ISBN : 978-2-88953-978-9

Rejoignez le mouvement des
sirènes pour une nouvelle
manière d'habiter le monde !



Ce bouquin est moins cher qu'une thérapie

Le guide sans bla-bla pour
prendre soin de sa santé
mentale

Liz Kelly

320 p. - 19,95 €

ISBN : 978-2-88984-035-9

Un guide franc et décomplexé
pour passer à l'action et prendre
soin de sa santé mentale.

Nouveautés



Fukko, les 12 secrets des Japonais
Chemin vers la liberté intérieure et manifester durablement le changement dans sa vie
Nicolas Chauvat
144 p. - 14,95 €
ISBN : 978-2-88984-011-3

Véritables boussoles de vie, ces 12 secrets assurent à ceux qui les suivent une forme d'existence libre et apaisée.



Les 12 besoins essentiels de l'être humain
Pour en finir avec la pyramide de Maslow
Patrice Ras
320 p. - 19,95 €
ISBN : 978-2-88984-042-7

Un ouvrage qui remet en question notre compréhension des besoins humains et propose un modèle clair et complet pour mieux se connaître et comprendre les autres.



L'Étonnant Pouvoir de la joie
Une approche scientifique de la longévité
Dr Kerry Burnight
336 p. - 19,95 €
ISBN : 978-2-88984-061-8
Une nouvelle approche optimiste de la longévité.



Corps libre, cœur sauvage
Une aventure dédiée aux femmes vivantes
Patricia Olive
272 p. - 17,95 €
ISBN : 978-2-88984-064-9
Et si votre corps n'était pas un problème à résoudre... mais un trésor à habiter pleinement ?



Osez la lumière !
Les répliques les plus inspirantes du cinéma pour révéler votre plein potentiel
Loïc Landrau
208 p. - 16,95 €
ISBN : 978-2-88984-019-9
Un guide inspirant et original où le cinéma se porte au service de votre réussite personnelle.



Comment agir face aux gens en colère
10 stratégies pour composer avec les fâchés, enragés et autres frustrés au quotidien
Dr Ryan Martin
304 p. - 19,95 €
ISBN : 978-2-88984-030-4
Ne laissez plus la colère des autres vous déstabiliser !

Nouveautés



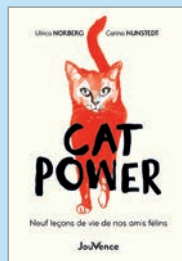
Réécris ton histoire
(avant qu'elle flingue ta santé)

Valérie Broni

256 p. - 17,95 €

ISBN : 978-2-88984-068-7

Votre corps raconte une histoire, osez la regarder en face et la réécrire !



Cat power

Neuf leçons de vie de nos amis félins

Ulrica Norberg
et Carina Nunstedt

272 p. - 17,95 €

ISBN : 978-2-88984-024-3

Neuf leçons pleines de sens pour découvrir comment votre chat peut vous apporter bonheur, paix et réconfort.



Sur le chemin des rêves

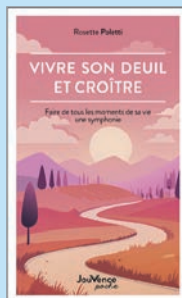
Flo Delavega

Format poche

240 p. - 9,95 €

ISBN : 978-2-88984-004-5

Le best-seller de Flo Delavega enfin en édition poche !



Vivre son deuil et croître

Faire de tous les moments de sa vie une symphonie

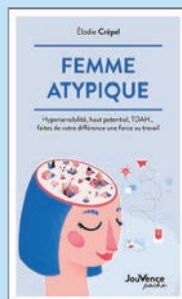
Rosette Poletti

Format poche

192 p. - 7,95 €

ISBN : 978-2-88984-009-0

Toutes les clés pour traverser le deuil, cette épreuve difficile.



Femme atypique

Hypersensibilité, haut potentiel, TDAH... faites de votre différence une force au travail

Élodie Crépel

Format poche

264 p. - 9,95 €

ISBN : 978-2-88953-993-2

Femmes atypiques, osez rêver grand et sortir des sentiers battus : le monde n'a jamais eu autant besoin de vous !



La Force de la douceur

Une boussole dans un monde bouleversé

Anne-Charlotte Sangam Delourme

Format poche

160 p. - 7,95 €

ISBN : 978-2-88984-043-4

Et si la douceur n'était pas une faiblesse, mais une force capable de transformer le monde ?

Nouvelles éditions

Best
seller



Victime, bourreau
ou sauveur :
comment sortir
du piège ?

Christel Petitcollin

168 p. - 8,95 €

ISBN : 978-2-88953-991-8

Bonne nouvelle : il existe
une issue au triangle dra-
matique victime-bourreau-
sauveur.



Sylvie Batlle

Animer un atelier
d'art-thérapie

L'essentiel pour le proposer
avec profondeur, ouverture
et prudence

Sylvie Batlle

240 p. - 19,95 €

ISBN : 978-2-88953-998-7

lier d'art-thérapie, ce
précieux. » *L'Inexploré*

Animer un atelier
d'art-thérapie

L'essentiel pour le proposer
avec profondeur, ouverture
et prudence

Sylvie Batlle

240 p. - 19,95 €

ISBN : 978-2-88953-998-7

« Que vous souhaitiez
vous initier, vous confir-
mer ou pratiquer un ate-
lier est un guide très



LES CRISES
D'ANGOISSE
ET DE PANIQUE,
c'est fini !

Christophe Tissier

• Évaluer son anxiété
• Identifier les signes
d'alerte du corps
• Apprendre à gérer les
crises d'angoisse
• Prévenir les récidives
• Retrouver son équilibre

JouMango

Les crises d'angoisse
et de panique,
c'est fini !

Christophe Tissier

128 p. - 9,95 €

ISBN : 978-2-88953-994-9

LE guide pour combattre le
stress et l'anxiété, ces deux
ennemis invisibles.



Christel Petitcollin

SAVOIR ÉCOUTER,
ÇA S'APPREND !

Techniques simples et concrètes
pour bien communiquer

CHRISTEL
PETITCOLLIN

JouMango

Savoir écouter,
ça s'apprend !

Techniques simples
et concrètes pour bien
communiquer

Christel Petitcollin

144 p. - 9,95 €

ISBN : 978-2-88953-355-8

Offrir une écoute de haute
qualité à ses interlocuteurs,
cela s'apprend. Ce livre se
propose de vous accompa-
gner dans l'acquisition de
ces nouvelles compétences.

Meilleures ventes



Carolle et Serge Vidal-Graf
Illustré de Rosette Poletti

LA COLÈRE,
CETTE ÉMOTION
MAL AIMÉE

Se réconcilier avec sa colère
pour en faire une force

JouMango

La Colère, cette
émotion mal aimée

Se réconcilier avec
sa colère pour en faire
une force

Carolle et Serge

Vidal-Graf

Préface de Rosette Poletti

144 p. - 7,90 €

ISBN : 978-2-88953-633-7

Réconciliez-vous avec votre
colère pour en faire une
force.



Catherine Vasey

BURN-OUT :
LE DÉTECTER
ET LE PRÉVENIR

Prévenez-vous dans un contexte
professionnel exigeant

JouMango

Burn-out : le détecter
et le prévenir

Prévenez-vous dans
un contexte professionnel
exigeant

Catherine Vasey

168 p. - 7,95 €

ISBN : 978-2-88953-690-0

Découvrez les outils de
prévention existant afin
de vous préserver des
effets néfastes du stress
chronique.

Meilleures ventes



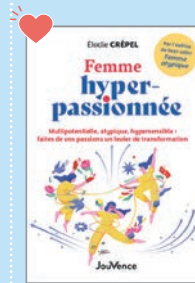
La solitude est un connard
(Mais c'est une bonne nouvelle)
Alexia Borg
Préface d'Anna Michalek
208 p. - 16,95 €
ISBN : 978-2-88953-970-3

Vous allez aimer être seul(e) !



Femme aux multi-potentiels
S'épanouir quand on aime,
pense et vit intensément
Élodie Crépel
288 p. - 19,95 €
ISBN : 978-2-88953-726-6

Un ouvrage rempli d'espoir
porté par l'experte en hyper-
sensibilité, douceur et TDAH.



Femme hyper-passionnée
Multipotentielle, atypique,
hypersensible : faites de
vos passions un levier de
transformation
Élodie Crépel
256 p. - 19,95 €
ISBN : 978-2-88953-944-4

Transformez vos multiples
intérêts en une source iné-
puisable d'épanouissement !

Best
seller



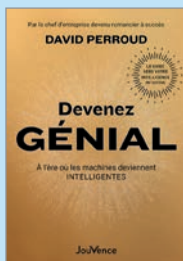
Femme atypique
Hypersensibilité, haut
potentiel, TDAH... faites de
votre différence une force
au travail
Élodie Crépel
Grand format
224 p. - 19,95 €
ISBN : 978-2-88953-550-7

Femmes atypiques, assumez
votre potentiel et déployez
vos ailes pour vous épanouir
professionnellement !



Élodie Crépel est psychanalyste et médiatrice familiale
spécialisée dans la douceur et l'hypersensibilité. Elle est l'une
des seules thérapeutes françaises répertoriées sur le site d'Elaine
Aron, chercheuse américaine en psychologie, reconnue comme
la spécialiste de l'hypersensibilité. Elle a à cœur de montrer,
à travers ses livres et ses réseaux sociaux (@elodiecrepel),
comment faire de ses atypies des atouts. Elle est aussi l'auteure
des best-sellers *Femme aux multi-potentiels* et *Femme hyper-
passionnée* aux Éditions Jouvence.

Meilleures ventes



Devenez génial
À l'ère où les machines
deviennent intelligentes
David Perroud
288 p. - 19,95 €
ISBN : 978-2-88953-846-1

Un ouvrage percutant et novateur qui répond aux grandes questions que sou-

lève le développement massif de l'intelligence artificielle et remet l'humain au cœur de nos préoccupations.

Best
seller



Les 7 Lois spirituelles
du succès
Un guide pratique
pour réaliser vos rêves
Deepak Chopra
144 p. - 14,95 €
ISBN : 978-2-88953-702-0

Les précieux conseils de Deepak Chopra pour se connecter au divin et générer de l'abondance dans sa vie.



100 livres qui changent la vie

Maïté Defives
240 p. - 22,95 €
ISBN : 978-2-88953-937-6

Vous êtes en panne d'inspiration pour votre prochaine lecture ? Découvrez les 100 prochains livres qui changeront votre vie.



Achète-toi toi-même ces p*taïns de fleurs
Et autres rituels pour prendre sa vie en main.
Par quelqu'un qui est passé par là

Tara Schuster
Format poche
464 p. - 9,95 €
ISBN : 978-2-88953-782-2

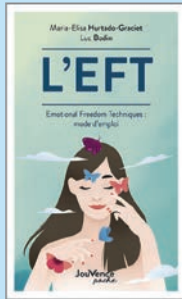
Devenez une ninja de l'amour de soi !



Maïté Defives,
connue sur les réseaux sociaux sous le pseudonyme @mademoisellelit, est une influenceuse littéraire. Férue de lecture, elle en a fait son

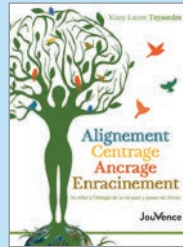
métier, et partage quotidiennement ses découvertes et ses aventures livresques sur son blog littéraire. Entre Instagram et TikTok, Maïté conseille sa communauté, dévoile ses coups de cœurs et organise des challenges. Pour passer du virtuel au réel, elle organise tous les mois des goûters littéraires : une occasion, pour les amateurs de littérature, d'échanger autour d'une passion commune. Formée à la bibliothérapie, elle propose également des ateliers pour en faire découvrir les bienfaits.

Meilleures ventes



L'EFT
Emotional Freedom
Techniques : mode d'emploi
Maria-Elisa Hurtado-Graciet et Luc Bodin
144 p. - 8,95 €
ISBN : 978-2-88953-634-4

L'EFT, la méthode révolutionnaire pour soulager vos douleurs et vos blocages émotionnels.



Alignement - Centrage - Ancrage - Enracinement
Se relier à l'énergie de la vie pour y puiser ses forces
Mary Laure Teyssedre
224 p. - 17,90 €
ISBN : 978-2-88911-878-6

Comprendre l'ancrage, avec une autrice de référence.



La liberté
Le courage d'être soi-même
Osho
264 p. - 9,95 €
ISBN : 978-2-88953-480-7

Un classique où maître Osho remet en cause nos habitudes et nos croyances.



Ennéagramme : des clés pour se comprendre
Transformer et choisir sa vie
Marie-Christine d'Onofrio et Thierry Lalot
192 p. - 7,95 €
ISBN : 978-2-88953-743-3

Un outil puissant pour vous transformer en profondeur.



Genki, les dix règles d'or des japonais
Persévérer en donnant du sens à sa vie
Nicolas Chauvat
168 p. - 8,95 €
ISBN : 978-2-88953-851-5

Plongez dans la sagesse millénaire du Japon et transformez votre vie grâce à ses précieuses leçons.



Le Pouvoir de l'intention
Une énergie puissante pour réussir
Slavica Bogdanov
144 p. - 7,95 €
ISBN : 978-2-88953-791-4

Explorez le pouvoir de l'intention et réalisez tous vos rêves.

Meilleures ventes



Loi de l'attraction :
mode d'emploi
Vers le bonheur, le succès
et la réussite
Slavica Bogdanov

144 p. - 7,95 €
ISBN : 978-2-88953-638-2

Attirez les situations, per-
sonnes et expériences en
harmonie avec vous-même.



Hypersensible et bien
dans ma peau
Le défi de la haute sensibilité
Susanne Moeberg
Préface d'Élodie Crépel,
maître en psychanalyse

168 p. - 7,90 €
ISBN : 978-2-88953-331-2

L'hypersensibilité, à la fois un
don et un défi !



Aucune rencontre
n'arrive par hasard
Se découvrir à travers les
autres

Kay Pollak
Préface de Françoise Dorn
128 p. - 8,95 €
ISBN : 978-2-88953-473-9

Chaque rencontre est l'occa-
sion de mieux se connaître
soi-même et de mieux
appréhender les autres.



Au diable la culpabilité !
Retrouvez votre liberté
intérieure
Yves-Alexandre Thalmann
264 p. - 9,95 €
ISBN : 978-2-88953-447-0

Quelle libération de déposer
le fardeau de la culpabilité
pour de bon ! Un best-seller
Jouvence en format poche.

Et aussi...

10 étapes clés sur le chemin du bonheur
Carl de Miranda

224 p. - 16,90 €
ISBN : 978-2-88953-167-7

12 mois pour se reconnecter à soi
Sabrina Romeo-Dussart

224 p. - 16,95 €
ISBN : 978-2-88953-689-4

21 jours pour lâcher prise, c'est parti !
Chloé Mason

144 p. - 8,90 €
ISBN : 978-2-88953-697-9

50 super activités pour cultiver
la patience en toutes circonstances
Floréal Sotto

112 p. - 9,80 €
ISBN : 978-2-88953-166-0

100 conseils spirituels pour être heureux
Carl de Miranda

240 p. - 16,90 €
ISBN : 978-2-88911-879-3

365 jours pour éveiller les ressources
qui sont en vous
Rosette Poletti et Barbara Dobbs

224 p. - 14,90 €
ISBN : 978-2-88911-760-4

365 méditations et exercices
de pleine conscience
Catherine Pourquier

240 p. - 8,95 €
ISBN : 978-2-88953-627-6

À la recherche du féminin perdu

Julie Cabot Nadal

160 p. - 17 €
ISBN : 978-2-88953-188-2

Améliorer sa qualité de vie grâce à la géobiologie

Eva Dolezel

176 p. - 15,90 €
ISBN : 978-2-88953-268-1

Apaiser le mental

Jean-Christophe Dulot

208 p. - 16,90 €
ISBN : 978-2-88953-028-1

Apprendre à s'aimer

Pierre Pradervand

Version illustrée
128 p. - 14,90 €
ISBN : 978-2-88953-238-4

Apprivoiser la tendresse

Jacques Salomé

Anniversaire 35 ans
208 p. - 17,95 €
ISBN : 978-2-88953-929-1

Arrêter de tout contrôler

Odile Chabrilac

160 p. - 7,70 €
ISBN : 978-2-88911-302-6

Atelier d'écriture du matin

Myriam Jézéquel

128 p. - 8,90 €
ISBN : 978-2-88953-182-0

Atelier d'écriture du soir
Myriam Jézéquel

128 p. - 8,90 €
ISBN : 978-2-88953-183-7

Attirer l'amour par la loi de l'attraction

Slavica Bogdanov

128 p. - 9,90 €
ISBN : 978-2-88911-827-4

Attirer le meilleur à soi
Slavica Bogdanov

Coffret de 49 cartes et un livret de 64 p. - 24,90 €
ISBN : 978-2-88953-086-1

Au cœur de la codépendance

Daniela Danis

256 p. - 22 €
ISBN : 978-2-88953-289-6

Autohypnose : libérez-vous des maux du quotidien

Patricia Emmerling

216 p. - 8,90 €
ISBN : 978-2-88953-624-5

Bore-out / Brown-out, c'est fini !

Florence Vertanessian de Boissoudy

128 p. - 6,90 €
ISBN : 978-2-88953-006-9

Carpe diem du matin

Cindy Chapelle

128 p. - 8,90 €
ISBN : 978-2-88953-380-0

Carpe diem du soir
Cindy Chapelle

128 p. - 8,90 €
ISBN : 978-2-88953-381-7

Cartes-messages pour libérer son Enfant intérieur

Chantal Pisani

Coffret de 60 cartes et un livret de 64 p. - 19,90 €
ISBN : 978-2-88911-927-1

Cette fois, c'est la bonne !

Yves-Alexandre Thalmann

192 p. - 16,90 €
ISBN : 978-2-88953-501-9

Cette lumière en moi

Elina Vorger

240 p. - 16,90 €
ISBN : 978-2-88953-394-7

Changer sa vie

Isabelle Gauducheau et Mary Laure Teyssedre

128 p. - 9,90 €
ISBN : 978-2-88911-523-5

Changer son rapport à l'argent

Mary Laure Teyssedre

128 p. - 9,90 €
ISBN : 978-2-88911-930-1

Chemin de résilience dans l'épreuve

Christian Miquel

208 p. - 12,90 €
ISBN : 978-2-88953-567-5

Chic, j'ai 40 ans !

Merette Fard

160 p. - 14,90 €
ISBN : 978-2-88953-436-4

Comment se dire adieu...

Rosette Poletti et Barbara Dobbs

128 p. - 11,90 €
ISBN : 978-2-88353-779-8

Conseils de fées : le coffret
Valérie Motté

40 cartes et un livret pour pratiquer au quotidien
64 p. - 19,90 €
ISBN : 978-2-88911-467-2

Consultation intérieure
Amandine Issaverdens

Coffret de 40 cartes et un livret de 64 p. - 24,90 €
ISBN : 978-2-88953-536-1

Cuisine-thérapie : dis-moi comment tu cuisines et je te dirai qui tu es !

Emmanuelle Turquet

256 p. - 19,90 €
ISBN : 978-2-88911-756-7

Daishizen

Nicolas Chauvat

128 p. - 14,90 €
ISBN : 978-2-88953-240-7

Décodez votre cerveau

Yves-Alexandre Thalmann

312 p. - 9,90 €
ISBN : 978-2-88953-533-0

Déjouer les sortilèges du mental grâce aux pouvoirs de l'esprit

Yves-Alexandre Thalmann

144 p. - 14,90 €
ISBN : 978-2-88953-320-6

Déployer son énergie sans disjoncter

Emmy Druesne

304 p. - 19,95 €
ISBN : 978-2-88953-776-1

Des constellations familiales aux constellations de vie

Martine Garcin-Fradet

144 p. - 17,95 €
ISBN : 978-2-88953-843-0

Donne-moi des Elles

Caroline Lesire et Alexandra Ughetto

304 p. - 18,95 €
ISBN : 978-2-88953-650-4

Éclats de vie en 60 poèmes

Eve Ricard

128 p. - 12,90 €
ISBN : 978-2-88953-379-4

Éclosion : se reconnecter à son corps et aux émotions grâce au mouvement

Élodie Leclercq

256 p. - 18,90 €
ISBN : 978-2-88953-599-6

Écoute-toi de tout ton corps

Myriam Jézéquel

256 p. - 18,90 €

ISBN : 978-2-88953-460-9

Émotions et huiles
essentiels

Solange Cousin

128 p. - 9,90 €

ISBN : 978-2-88953-521-7

Émotions, mode d'emploi

Christel Petitcollin

Version illustrée

128 p. - 14,90 €

ISBN : 978-2-88953-239-1

Enfin à ta place : ose vivre
selon tes propres rêves !

Marine Faux @unautrehorizon

272 p. - 19,95 €

ISBN : 978-2-88953-814-0

Enfin libre d'être soi-même

**Christian Junod
et Evelyne Faniel**

Format poche

240 p. - 8,95 €

ISBN : 978-2-88953-700-6

Enfin libre d'être soi-même !

**Christian Junod
et Evelyne Faniel**

Grand format

160 p. - 14,90 €

ISBN : 978-2-88911-870-0

Et ainsi coule la rivière

Pierre Pradervand

128 p. - 14,90 €

ISBN : 978-2-88953-641-2

Et si j'étais plus

Elina Vorger

Grand format

256 p. - 16,90 €

ISBN : 978-2-88953-010-6

Et si j'étais plus

Elina Vorger

Format poche

272 p. - 9,90 €

ISBN : 978-2-88953-332-9

Être proche-aidant,
c'est apprendre à danser
sous la pluie

Rosette Poletti

128 p. - 8,95 €

ISBN : 978-2-88953-117-2

Explore-toi

Elena Brower

160 p. - 18,95 €

ISBN : 978-2-88953-766-2

Extraordinaires émotions

Élodie Crépel

Coffret de 40 cartes et un livret
de 64 p. - 24,90 €

ISBN : 978-2-88953-640-5

Fables d'aujourd'hui

Luc Fivet

160 p. - 14,90 €

ISBN : 978-2-88953-530-9

Faire changer les autres
sans les manipuler

Yves-Alexandre Thalmann

192 p. - 16,90 €

ISBN : 978-2-88953-291-9

Faire la paix avec la terre
Collectif

208 p. - 16,90 €

ISBN : 978-2-88911-850-2

Fais de l'hiver
ton deuxième été

Virginie Hilsone

144 p. - 14,90 €

ISBN : 978-2-88953-412-8

Guérir par l'Amour

D' Leonard Laskow

288 p. - 23 €

ISBN : 978-2-88911-630-0

Il n'est pas trop tard
pour naître

Harry Roselmack

208 p. - 19,95 €

ISBN : 978-2-88953-823-2

Introspection : jeu de
cartes thérapeutiques

Rachel Lev

Coffret de 40 cartes et un livret
de 64 p. - 29,95 €

ISBN : 978-2-88953-800-3

J'éveille mon pouvoir
d'(auto)guérison

Elina Vorger

224 p. - 16,90 €

ISBN : 978-2-88953-215-5

J'optimise mon cycle
féminin

Judith Castro

128 p. - 14,90 €

ISBN : 978-2-88953-157-8

J'ose être qui je suis

Catherine Barry

192 p. - 16,95 €

ISBN : 978-2-88953-796-9

Je booste ma concentration

Florence Vertanessian

de Boissoudy

128 p. - 9,90 €

ISBN : 978-2-88911-699-7

Je mérite, tu mérites,
elles méritent... le guide
de l'entrepreneuriat
au féminin

Manon Smahi Cuzin

272 p. - 18,90 €

ISBN : 978-2-88953-615-3

Je ne l'ai jamais dit
à personne

Véronique Agrapart

160 p. - 17,95 €

ISBN : 978-2-88953-819-5

Je rumine moins,
c'est parti !

Denis Inkei

128 p. - 6,90 €

ISBN : 978-2-88953-120-2

L'Anti-Guide de
développement personnel

Mathilde Blancal

192 p. - 17,95 €

ISBN : 978-2-88953-842-3

L'Essentiel du lâcher-prise

Rosette Poletti

96 p. - 6,90 €

ISBN : 978-2-88911-529-7

L'Éthique de la joie
avec Spinoza

Christian Miquel

144 p. - 8,90 €

ISBN : 978-2-88953-204-9

La Bible des couleurs

Réjane Masini-Frydig

160 p. - 16,90 €

ISBN : 978-2-88353-798-9

La Clé de soi : l'art des
objectifs pour accomplir
son potentiel

Damien Catani

464 p. - 19,95 €

ISBN : 978-2-88953-916-1

La Coopération positive
au travail et
dans vos relations

Jean-Dominique Zanus

240 p. - 17,90 €

ISBN : 978-2-88953-172-1

La Géobiologie
par soi-même, c'est parti !
Eva Dolezel

128 p. - 8,95 €
ISBN : 978-2-88953-102-8

La Joie de vivre
selon Épicure
Xavier Cornette de Saint Cyr

144 p. - 6,90 €
ISBN : 978-2-88911-989-9

La Land-art thérapie,
c'est parti !
Alain Dikann

128 p. - 6,90 €
ISBN : 978-2-88911-838-0

La Magie des synchronicités
Françoise Dorn

Grand format
160 p. - 14,90 €
ISBN : 978-2-88953-218-6

La Magie des synchronicités
Françoise Dorn

Format poche
216 p. - 8,95 €
ISBN : 978-2-88953-506-4

La Médiation en pratique
Samuel Perriard

144 p. - 9,70 €
ISBN : 978-2-88353-888-7

La Performance :
desserrer les freins,
booster les ressources
Denis Inkei

160 p. - 14,90 €
ISBN : 978-2-88911-997-4

La Plus belle étoile,
c'est toi
Mélanie Colleaux

160 p. - 14,90 €
ISBN : 978-2-88953-396-1

La Réduction de la
dissonance cognitive
Yves-Alexandre Thalmann

128 p. - 6,90 €
ISBN : 978-2-88911-931-8

Le Lâcher-prise
selon Épicète
Xavier Cornette de Saint Cyr

128 p. - 6,90 €
ISBN : 978-2-88911-889-2

Le Livre de développement
personnel dont vous êtes
le héros
Valérie de Roguin

224 p. - 14,90 €
ISBN : 978-2-88911-915-8

Le Lundi, c'est happy !
**Benoit Pineau
et Lucie Renaudeau**

288 p. - 19,95 €
ISBN : 978-2-88953-812-6

Le Non-Jugement,
de la théorie à la pratique
Yves-Alexandre Thalmann

224 p. - 17,30 €
ISBN : 978-2-88353-651-7

Le Pouvoir du symbole
Mireille Rosselet-Capt

224 p. - 18 €
ISBN : 978-2-88953-228-5

Le Temps de la douceur
Françoise Dorn

Format poche
192 p. - 8,90 €
ISBN : 978-2-88911-701-7

Le Temps de la douceur
Françoise Dorn

Version illustrée
224 p. - 14,90 €
ISBN : 978-2-88911-926-4

Les 7 étapes du lâcher-prise
Colette Portelance

120 p. - 7,90 €
ISBN : 978-2-88953-554-5

Les 9 perles de la déesse
Monique Grande

256 p. - 16,90 €
ISBN : 978-2-88911-920-2

Les Actes symboliques
Élisabeth Horowitz

160 p. - 7,70 €
ISBN : 978-2-88911-594-5

Les Archéstyles
Brigitte Riom-Tendron

240 p. - 23 €
ISBN : 978-2-88953-234-6

Les Écoliers du bonheur
**D^r Anne van Stappen,
Erik Pigani, Xavier Cornette
de Saint Cyr**

192 p. - 19,95 €
ISBN : 978-2-88953-805-8

Les Lois du miroir : créez
la vie que vous désirez
Caroline Beauchamp

224 p. - 16,90 €
ISBN : 978-2-88953-027-4

Les Pensées négatives,
c'est fini !
Slavica Bogdanov

128 p. - 6,90 €
ISBN : 978-2-88911-937-0

Les Phobies, c'est fini !
Alexandra de Sénéchal

128 p. - 6,90 €
ISBN : 978-2-88911-877-9

Les Secrets d'une bonne
concentration
Florence Vertanessian

160 p. - 7,70 €
ISBN : 978-2-88911-657-7

Les Trésors du cycle
de la femme
Maitie Trélaün

192 p. - 7,95 €
ISBN : 978-2-88953-744-0

Lettre à un jeune méditant
Christian Miquel

128 p. - 12,90 €
ISBN : 978-2-88953-305-3

Mandalas bien-être
Féminitude
Monique Grande

96 p. - 8,90 €
ISBN : 978-2-88911-645-4

Mandalas bien-être
Ho'oponopono
Jean Graciet

64 p. - 6,90 €
ISBN : 978-2-88911-572-3

Mandalas bien-être
Joie de vivre
Jacques de Coulon

64 p. - 6,90 €
ISBN : 978-2-88911-626-3

Mandalas bien-être
Lâcher-prise
Rosette Poletti

64 p. - 7,90 €
ISBN : 978-2-88953-441-8

Mandalas bien-être
Méditer dans la nature
Philippe Roch

64 p. - 6,90 €
ISBN : 978-2-88911-683-6

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

Mandalas bien-être
Pratiquer la Communication
NonViolente

D' Anne van Stappen

64 p. - 6,90 €

ISBN : 978-2-88911-881-6

Mandalas bien-être
Réveiller sa fée intérieure

Valérie Motté

64 p. - 6,90 €

ISBN : 978-2-88911-974-5

Manuel d'autohypnose

Patricia Emmerling

176 p. - 17 €

ISBN : 978-2-88953-227-8

Manuel d'autothérapie
par l'écriture

Jean-Yves Revault

168 p. - 22 €

ISBN : 978-2-88953-252-0

Manuel pratique d'EFT

Jean-Michel Guepey

160 p. - 7,70 €

ISBN : 978-2-88911-653-9

Méditation du matin

Anaël Assier

128 p. - 8,90 €

ISBN : 978-2-88953-180-6

Méditation du soir

Anaël Assier

128 p. - 8,90 €

ISBN : 978-2-88953-181-3

Mes 7 familles Bien-Être
Lucie Baudon et Julie Zeitline

Coffret de 49 cartes et un livret
de 64 p. - 19,90 €

ISBN : 978-2-88911-928-8

Mon gros cahier
de rattrapage de
développement personnel
Collectif

224 p. - 19,95 €

ISBN : 978-2-88953-778-5

Mon planner de créateur
Eva Coreil et Laura Aragones

240 p. - 19,95 €

ISBN : 978-2-88953-942-0

Morphopsychologie :
le visage, miroir
de la personnalité
Patrice Ras

224 p. - 18,80 €

ISBN : 978-2-88911-826-7

Objectif : la liberté
financière

Nathalie Cariou

168 p. - 7,90 €

ISBN : 978-2-88953-589-7

On peut se remettre
de tout

Catherine Gildiner

528 p. - 22,90 €

ISBN : 978-2-88953-608-5

Onirothérapie : jouer avec
ses rêves pour mieux vivre
la réalité

Olivier Cochet

144 p. - 14,90 €

ISBN : 978-2-88953-307-7

Oser changer sa vie
Christine Marsan

160 p. - 7,70 €

ISBN : 978-2-88911-636-2

Oser la douceur
**Anne-Charlotte Sangam
Delourme**

176 p. - 16,95 €

ISBN : 978-2-88953-914-7

Par Don d'Amour
D' Leonard Laskow

216 p. - 19 €

ISBN : 978-2-88911-686-7

Partez à la conquête
de votre voix

Jocelyne Z'Graggen

+ CD

256 p. - 19 €

ISBN : 978-2-88953-007-6

Petites fleurs du cœur
pour grandir au fil
des jours

**Rosette Poletti
et Barbara Dobbs**

128 p. - 11,90 €

ISBN : 978-2-88353-749-1

Petites graines de bonheur
Vincent Cueff

144 p. - 7,95 €

ISBN : 978-2-88953-717-4

Pratiquer l'EFT avec
les enfants

**Caroline Burel
et Jean-Christophe Dulot**

160 p. - 8,70 €

ISBN : 978-2-88953-037-3

Pratiquer la Loi de
l'attraction au quotidien
Slavica Bogdanov

Coffret de 49 cartes et un livret
de 64 p. - 22,90 €

ISBN : 978-2-88911-757-4

Pratiquer le lâcher-prise
au quotidien

**Rosette Poletti
et Barbara Dobbs**

Coffret de 49 cartes et un livret
de 64 p. - 21,50 €

ISBN : 978-2-88953-096-0

Prendre conscience
de son énergie
Mary Laure Teyssedre

128 p. - 9,90 €

ISBN : 978-2-88911-777-2

Psychologie positive :
le bonheur dans
tous ses états

**Christophe André, Thomas
d'Ansembourg, Isabelle
Filliozat, Eric Lambin,
Jacques Lecomte, Matthieu
Ricard. Coordonné par Ilios
Kotsou et Caroline Lesire**

160 p. - 15,20 €

ISBN : 978-2-88353-856-6

Psychothérapie :
l'approche brève orientée
solutions

Yves Gros-Louis

264 p. - 22 €

ISBN : 978-2-88911-835-9

Réinventer sa vie est
possible à tout âge
Cécile Kapfer

224 p. - 16,90 €

ISBN : 978-2-88953-657-3

Relax : j'arrête d'être
une mère parfaite
**Florence et Mazarine
Vertanessian de Boissoudy**

128 p. - 9,90 €

ISBN : 978-2-88953-174-5

Résilience : guide
d'exploration
de Conscience
Amandine Issaverdens

272 p. - 18,90 €

ISBN : 978-2-88953-499-9

Retourner au travail
après un cancer
Magali Mertens de Wilmars
144 p. - 8,90 €
ISBN : 978-2-88953-231-5

Retrouver confiance
en soi et estime de soi,
c'est parti !
Alain Dikann
128 p. - 6,90 €
ISBN : 978-2-88953-178-3

Rêves et Intuition
Mireille Rosselet-Capt
256 p. - 19 €
ISBN : 978-2-88911-688-1

Rinki Ohen : l'art d'allier
mission de vie et voie
professionnelle
Nicolas Chauvat
144 p. - 14,90 €
ISBN : 978-2-88953-560-6

S'épanouir
Ilios Kotsou
et **Caroline Lesire**
168 p. - 7,90 €
ISBN : 978-2-88953-330-5

S'initier à la méditation,
c'est parti !
Olivier Raurich
128 p. - 8,95 €
ISBN : 978-2-88953-765-5

Se faire marcher sur
les pieds, c'est fini !
Jean-Louis Muller
144 p. - 6,90 €
ISBN : 978-2-88911-895-3

Se libérer de la dépendance
affective
Claude Marc Aubry
128 p. - 9,90 €
ISBN : 978-2-88911-860-1

Se libérer de son histoire
familiale
Isabelle Sarne
192 p. - 17,90 €
ISBN : 978-2-88953-551-4

Se libérer du regard
des autres
Édith Rosset
168 p. - 22 €
ISBN : 978-2-88953-074-8

Se reconnecter à la nature
par l'expression créatrice
primitive
Alain Dikann
144 p. - 19,90 €
ISBN : 978-2-88953-283-4

Se reconnecter à son âme
grâce à la visualisation
Anne-Laure Benattar
240 p. - 16,90 €
ISBN : 978-2-88953-605-4

Shuchuryoku : techniques
mentales pour rester
concentré sur ses objectifs
Nicolas Chauvat
128 p. - 12,90 €
ISBN : 978-2-88953-438-8

Sur le chemin des rêves
Flo Delavega
Grand format
224 p. - 16,90 €
ISBN : 978-2-88953-677-1

Surmonter les conflits
relationnels
Colette Portelance
192 p. - 16,90 €
ISBN : 978-2-88953-272-8

Sylvothérapie : le pouvoir
bienfaisant des arbres
Jean-Marie Defossez
144 p. - 15,95 €
ISBN : 978-2-88911-971-4

Sylvothérapie : le pouvoir
bienfaisant des arbres
Jean-Marie Defossez
Version illustrée
208 p. - 18 €
ISBN : 978-2-88953-026-7

Tout ce que vous avez
toujours voulu savoir
sur Ho'oponopono
Jean Graciet
128 p. - 14,90 €
ISBN : 978-2-88953-237-7

Transformation
Catherine Barry
224 p. - 16,90 €
ISBN : 978-2-88953-594-1

Traverser l'épreuve
en pleine conscience
Catherine Pourquier
240 p. - 16,90 €
ISBN : 978-2-88953-531-6

Une vie digne de
votre potentiel
Emmanuel de Mûelenaere
288 p. - 17,90 €
ISBN : 978-2-88953-388-6

Vaincre ses peurs,
c'est parti !
Hervé Magnin
128 p. - 7,90 €
ISBN : 978-2-88953-271-1

Vivre l'impermanence
selon Bouddha
Xavier Cornette de Saint Cyr
144 p. - 6,90 €
ISBN : 978-2-88953-060-1

Vivre son deuil et croître
Rosette Poletti
et **Barbara Dobbs**
Grand format
160 p. - 16,50 €
ISBN : 978-2-88911-519-8

Votre cerveau vous veut
du bien
D^r Anders Hansen
272 p. - 19,95 €
ISBN : 978-2-88953-817-1



POUR LES ENFANTS

Vous nous connaissez comme l'éditeur de référence en matière de développement personnel pour adultes ? Nous vous présentons les « P'tits Jouvence », destinés aux petits lecteurs âgés de 4 à 7 ans. Notre démarche est de prendre soin des enfants grâce à de magnifiques albums offrant les messages clés de l'épanouissement personnel.



Nouveautés



Un jour, le bonheur est parti : le livre qui apaise le chagrin des enfants

**Marik Flament
et Viviane Séguy**

48 p. - 14,95 €
ISBN : 978-2-88984-067-0

Un album lumineux, doux et poétique pour comprendre que le bonheur se cache dans les petites joies du quotidien.



Le Premier Noël de Petit Lapin
Roxane Marie Galliez

48 p. - 14,95 €
ISBN : 978-2-88984-027-4

Un conte tendre et joyeux pour célébrer la magie de Noël et la chaleur de l'amitié.



La Petite Poule et l'Œuf cabossé
Roxane Marie Galliez

48 p. - 14,95 €
ISBN : 978-2-88953-964-2

Un magnifique album de Pâques sur le handicap, la différence, l'amour et l'espoir.



La Mystérieuse Maîtresse aux petites graines
**Jessica Mazelle
et Delphine Balme**

48 p. - 14,95 €
ISBN : 978-2-88953-986-4

De belles valeurs à semer auprès de vos enfants !

Meilleures ventes



Tu es un cadeau

Alia Cardyn
et Delphine Balme

48 p. - 14,95 €
ISBN : 978-2-88953-939-0

Un magnifique album de Noël sur la solidarité et l'entraide.

Et aussi...

Coloriages magiques pour avoir la confiance d'un lion

Marion BLANC

112 p. - 7,95 €
ISBN : 978-2-88953-962-8

Cumulo au royaume des larmes

Soline Bourdeverre-Veyssiere
et Nathalie Seidou

48 p. - 14,95 €
ISBN : 978-2-88953-806-5

Cumulo et l'étoile qui voulait briller

Soline Bourdeverre-Veyssiere
et Nathalie Seidou

48 p. - 14,95 €
ISBN : 978-2-88953-872-0

La Boutique des cœurs à réparer

Anne van Stappen, Sila Y. Karaca
et Nathalie Seidou

48 p. - 14,95 €
ISBN : 978-2-88953-861-4

Les Trésors inépuisables de Mila

Olivier Clerc et Yann Dégruel

48 p. - 14,95 €
ISBN : 978-2-88953-807-2

Lucien et la fée du sommeil

Christophe Loupy et Romain Guyard

48 p. - 14,95 €
ISBN : 978-2-88953-920-8

Sème l'amour autour de toi

Susan B. Katz - Jennie Poh

48 p. - 14,95 €
ISBN : 978-2-88953-934-5



Ancienne avocate, **Alia Cardyn** est aujourd'hui cadre, formatrice et coach dans divers pays. Elle est l'autrice de plusieurs albums jeunesse : *Le Rêve de mademoiselle Papillon* (Robert Laffont, 2022), *Le Plus Grand Secret du monde* (Actes Sud, 2023), et *Tu es un cadeau* (Éditions Jouvence, 2024). Elle a également publié aux Éditions Jouvence

des manuels pour adultes : *Je fais le plein d'énergie !*, *Créer son équilibre vie privée, vie professionnelle...*



ROMANS

Nos romans proposent autant d'histoires que de pistes de réflexion pour trouver, au sein de la fiction, les clés de votre propre parcours d'épanouissement personnel. Des personnages attachants, des récits pleins de rebondissements et empreints de résilience...

Tous les éléments sont réunis pour vous faire vibrer et passer un heureux moment de lecture !



Le Jeu des possibles
Bénédicte La Capria
368 p. - 19,95 €
ISBN : 978-2-88984-032-8

Un roman émouvant qui nous transforme et nous rend meilleurs.

Nouveautés



Le Soleil brille toujours au-dessus des nuages
Aurore Brevet
272 p. - 17,95 €
ISBN : 978-2-88984-033-5

Un roman lumineux et bouleversant qui sort des sentiers battus du feel good... pour notre plus grand bonheur !



Marguerite ou les confidences d'une boîte à chaussures
Céline Colle
240 p. - 16,95 €
ISBN : 978-2-88984-040-3

Un roman captivant entre quête de vérité, mémoire familiale et histoire d'amour inoubliable.



Le Café des âmes sensibles
Fanny Marie Gufflet
256 p. - 17,95 €
ISBN : 978-2-88984-059-5

Un roman-cocon, coup de cœur de notre marraine 2025, libraire.

Meilleures ventes



Le Salon de thé du bonheur retrouvé
Céline Gaudel
304 p. - 17,95 €
ISBN : 978-2-88953-803-4

Un roman plein de douceur récompensé par le Prix du roman Bien-Être 2023.



Auteure, numérologue, journaliste, **Céline Colle** se passionne pour les relations humaines, les mystères de l'Univers, les thérapies alternatives, la spiritualité, l'Histoire et les histoires. Elle est l'auteure, aux Éditions

Jouvence, du best-seller *Toutes ces vies où nous nous sommes aimés* et de nombreux ouvrages didactiques autour du développement personnel et de la spiritualité.

Meilleures ventes



Toutes ces vies où nous nous sommes aimés

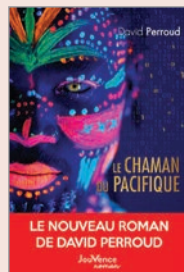
Céline Colle

Format poche

352 p. - 9,95 €

ISBN : 978-2-88953-784-6

Le magnifique amour karmique de deux âmes...



Le Chaman du Pacifique

David Perroud

432 p. - 21,95 €

ISBN : 978-2-88953-718-1

Julie a conçue la première intelligence artificielle globale. De l'autre côté du Pacifique, Daya découvre ses dons de navigateur-chaman, poussé par les esprits de sa tribu. Découvrez l'incroyable rencontre de deux trajectoires extraordinaires.



Les Âmes du temps perdu

David Perroud

Préface d'Erwin László

Format poche

336 p. - 9,95 €

ISBN : 978-2-88953-878-2

« Une épopée entre science, mémoires akashiques et civilisation antique, avec une pointe de sagesse... Un mélange passionnant. »



Sous les arbres du destin

David Perroud

432 p. - 21,95 €

ISBN : 978-2-88953-956-7

Le nouveau roman tant attendu de David Perroud !

Meilleures ventes

Best
seller



Les amants du ciel se retrouvent toujours ici-bas

David Perroud

320 p. - 17,90 €

ISBN : 978-2-88953-267-4

Entre *climate fiction* et roman spirituel : vous vous souviendrez longtemps de cette histoire d'âmes sœurs.

Best
seller



Ne marche pas si tu peux danser

Le roman de la Communication NonViolente

Dr Anne van Stappen

Préfaces de M. Chapsal, P. Rabhi, L. Fabian et I. Padovani

352 p. - 9,95 €

ISBN : 978-2-88953-414-2

« Cette histoire, qui me rappelle *L'Alchimiste*, est à mettre dans toutes les mains, et surtout dans tous les cœurs. » David Servan-Schreiber

Et aussi...

À Emilia

Julien Levy

384 p. - 19,90 €

ISBN : 978-2-88953-593-4

Amour, Whisky & Étiquettes

Elsa Page

448 p. - 19,95 €

ISBN : 978-2-88953-952-9

Ce fil qui nous relie

Olivier Cochet

224 p. - 14,90 €

ISBN : 978-2-88953-203-2

Ce sera lui

Laurent Grima

352 p. - 19,95 €

ISBN : 978-2-88953-897-3

Celle qui écrivait des poèmes au sommet des montagnes

Nicolas Fougerousse

256 p. - 14,90 €

ISBN : 978-2-88911-754-3

Celui qui était différent

Michel Deguen

336 p. - 17,90 €

ISBN : 978-2-88953-526-2

Comment j'ai résolu l'épineux problème du changement climatique (et trouvé l'amour)

Sofia Giovanditti

256 p. - 17,95 €

ISBN : 978-2-88953-974-1

Et la vie reprit à petites foulées

Giulia Larigaldie

416 p. - 19,90 €

ISBN : 978-2-88953-539-2

Il suffit d'une cerise sur le gâteau

Cécilia Duminuco

288 p. - 17,95 €

ISBN : 978-2-88953-938-3

L'Écho des souffrances silencieuses

Emmanuelle Drouet

288 p. - 17,95 €

ISBN : 978-2-88953-694-8

L'Agence des miracles

Sofia Giovanditti

176 p. - 17,90 €

ISBN : 978-2-88953-544-6

La Lettre à Lila

Vincent Cuffe

Format poche

144 p. - 7,90 €

ISBN : 978-2-88953-631-3

La Promesse du silence

Catherine Balance

272 p. - 17,95 €

ISBN : 978-2-88953-915-4

La Strip-teaseuse et le Chasseur de nuages

Sofia Giovanditti

256 p. - 17,90 €

ISBN : 978-2-88953-660-3

La Terre est le plus bel endroit du ciel

Françoise Dorn

Format poche

224 p. - 8,90 €

ISBN : 978-2-88953-334-3

Le Chant des cigales après la pluie

Camille Lesur

144 p. - 14,90 €

ISBN : 978-2-88953-406-7

Le Charme des fantômes trop bavards

Éliane Saliba Garillon

224 p. - 17,95 €

ISBN : 978-2-88953-857-7

Le Dernier Dîner

Camille Lesur

224 p. - 17,90 €

ISBN : 978-2-88953-635-1

Le Destin n'a pas toujours tort

Cécile Hovane
et Laetitia Dupont

256 p. - 17,95 €
ISBN : 978-2-88953-756-3

Le Fabuleux Carnet
des cœurs perdus

Enolla Brunetti

288 p. - 17,90 €
ISBN : 978-2-88953-678-8

Le Noël où j'ai décidé
de m'ouvrir à la vie

Emmanuelle Fontaine

Grand format
160 p. - 14,90 €
ISBN : 978-2-88953-542-2

Le Noël où j'ai décidé
de m'ouvrir à la vie

Emmanuelle Fontaine

Format poche
192 p. - 7,95 €
ISBN : 978-2-88953-830-0

Le Sac à main
d'une autre vie

Victoria Lecointe

256 p. - 17,95 €
ISBN : 978-2-88953-865-2

Les Âmes du temps perdu

David Perroud

Grand format
336 p. - 19,95 €
ISBN : 978-2-88953-737-2

Les Neuf Leçons
du guerrier maasaï

Xavier Péron

Format poche
336 p. - 9,95 €
ISBN : 978-2-88953-795-2

Les portes du Paradis sont
fermées le lundi

Camille Lesur

320 p. - 17,90 €
ISBN : 978-2-88953-478-4

On n'est jamais à l'abri...
d'une nouvelle joie

Yor Pfeiffer

240 p. - 17,95 €
ISBN : 978-2-88953-710-5

Roule ma poule !

Denise Tidiman

288 p. - 17,90 €
ISBN : 978-2-88953-431-9

Sept jours pour vivre

Valérie Capelle

Format poche
320 p. - 9,90 €
ISBN : 978-2-88953-335-0

Si tu veux, tous les deux,
on pourrait rêver...

Jean-Yves Revault

128 p. - 14,90 €
ISBN : 978-2-88953-407-4

Ton ange te guidera

Nathalie Garnier

224 p. - 17,90 €
ISBN : 978-2-88953-561-3

Toutes ces vies où nous
nous sommes aimés

Céline Colle

Grand format
352 p. - 17,90 €
ISBN : 978-2-88953-454-8

Un secret peut en cacher
un autre

Céline Colle

224 p. - 17,90 €
ISBN : 978-2-88953-679-5



Une nouvelle forme de sacré vous attire ?

Une expérience de développement spirituel vous interpelle ?

Aux Éditions Jouvence, l'ésotérisme moderne est considéré comme un prolongement du développement personnel.

C'est pourquoi les livres proposés ici vous inviteront à vous diriger vers ce qui nous dépasse, ce qui **nous transcende**, tout en vous donnant des **axes concrets et pratiques d'épanouissement**.



Oracles de poche

Nouveautés



Mon magnétisme maison

Apprenez à soulager vos maux du quotidien

Fabrice Ruiz

24 cartes incluses

128 p. - 9,95 €

ISBN : 978-2-88984-041-0

Pas à pas, préparez votre propre séance de magnétisme à la maison, en toute autonomie !



Ancêtres :
retrouver la sérénité en se reconnectant à ses racines

Claire Jeanne Soulet-Clijssen

12 cartes incluses

128 p. - 9,95 €

ISBN : 978-2-88953-985-7

Découvrez comment vos aïeux peuvent vous aider à mieux vous comprendre.



Fabrice Ruiz est énergéticien, magnétiseur, géobiologue et formateur. Après un parcours professionnel atypique au sein de la police judiciaire,

il trouve sa vocation dans les énergies. Passionné, il se consacre aux consultations et à la transmission de son savoir à travers ses formations. Ses ouvrages, *Tout est énergie* et *Mon magnétisme maison*, combinant connaissances accessibles et exercices pratiques, démystifient ce domaine et vous guident vers la découverte du potentiel insoupçonné de votre énergie.

Nouveautés



Rituels de protection et nettoyage énergétique

Douna Chereau

12 cartes incluses

128 p. - 9,95 €

ISBN : 978-2-88953-990-1

Un livre et un oracle de 12 cartes pour se protéger efficacement contre les mauvaises énergies.



Les 9 accords du couple allié®

Créez une relation sécurisante et réparatrice

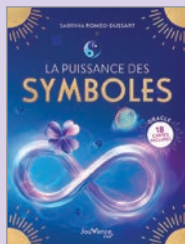
Maureen Mellet

12 cartes incluses

128 p. - 9,95 €

ISBN : 978-2-88953-988-8

Une vision holistique de l'amour et du couple qui va à contre-courant de la société actuelle.



La Puissance des symboles

Sabrina Romeo-Dussart

18 cartes incluses

128 p. - 9,95 €

ISBN : 978-2-88984-006-9

Plongez au cœur des symboles, ces messagers intemporels qui relient l'âme, l'esprit et le monde qui vous entoure.

Nouvelles éditions



ORACLES ASTRO

Votre portrait personnel, les bases de l'astrologie et un oracle personnalisé pour savoir comment agir et dans quel secteur précis de votre vie, grâce aux 24 cartes détachables incluses.

Se découvrir et se réaliser
L. B. Satis et T. K. Yongdroup
128 p. - 9,95 €

La nouvelle édition de L'Oracle (les bases de l'astrologie + 24 cartes détachables)



L'Oracle du Sagittaire
ISBN : 978-2-88984-052-6



L'Oracle des Gémeaux
ISBN : 978-2-88984-046-5

ÉSOTÉRISME, SPIRITUALITÉ

Nouvelles éditions



L'Oracle du Cancer
ISBN : 978-2-88984-047-2



L'Oracle de la Balance
ISBN : 978-2-88984-050-2



L'Oracle du Bélier
ISBN : 978-2-88984-045-8



L'Oracle du Verseau
ISBN : 978-2-88984-054-0



L'Oracle de la Vierge
ISBN : 978-2-88984-049-6



L'Oracle du Taureau
ISBN : 978-2-88984-044-1



L'Oracle du Scorpion
ISBN : 978-2-88984-051-9



L'Oracle du Capricorne
ISBN : 978-2-88984-053-3



L'Oracle des Poissons
ISBN : 978-2-88984-055-7



L'Oracle du Lion
ISBN : 978-2-88984-048-9

Meilleures ventes

Best
seller



Signes : interpréter les messages que nous envoie l'Univers
Céline Colle

18 cartes incluses
128 p. - 9,95 €
ISBN : 978-2-88953-981-9

Ouvrez-vous à l'extraordinaire au travers d'événements, en apparence ordinaires !



Flammes jumelles : vivre une relation karmique initiatique
Céline Colle

18 cartes incluses
128 p. - 9,95 €
ISBN : 978-2-88953-707-5

Intensité, évidence, souffrance... Et s'il s'agissait d'une histoire de flammes jumelles ?

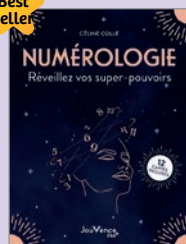


Activer ses talents de médium
Se connecter aux mondes invisibles au quotidien
Douna Chereau

12 cartes incluses
128 p. - 9,95 €
ISBN : 978-2-88953-754-9

Un livre et un oracle de 12 cartes pour révéler ses capacités médiumniques et communiquer avec le monde de l'invisible.

Best
seller



Numérologie : réveillez vos super-pouvoirs
Céline Colle

12 cartes incluses
128 p. - 9,95 €
ISBN : 978-2-88953-523-1

Grâce à la numérologie, apprenez à mieux vous connaître et découvrez votre mission de vie !



Harmonie : élever sa vibration et révéler sa fréquence personnelle
Clélia Félix

11 cartes incluses
128 p. - 9,90 €
ISBN : 978-2-88953-525-5

Un ouvrage et son oracle détachable puissamment lumineux pour révéler votre mélodie unique et vibrer à l'unisson avec la symphonie du vivant.



S'ouvrir à soi grâce au pendule
Géraldine Laffont-Debeau

24 cartes et 4 vidéos
128 p. - 9,95 €
ISBN : 978-2-88953-908-6

Un accompagnement pas à pas et des cartes détaillables pour s'initier à la pratique du pendule.

Meilleures ventes



Communiquer avec son ange gardien
Mily Robin

18 cartes incluses
128 p. - 9,95 €
ISBN : 978-2-88953-768-6

Un bel ouvrage pratique pour apprendre facilement à dialoguer avec son ange gardien.



Pratiquer la magie blanche
Ozalee Intuitive

18 cartes incluses
128 p. - 9,95 €
ISBN : 978-2-88953-899-7

Un livre magique et son oracle de 18 cartes pour découvrir le pouvoir des enchantements et pratiquer la magie avec bienveillance.



S'initier à l'art des runes divinatoires
Séléné

24 cartes incluses
128 p. - 9,95 €
ISBN : 978-2-88953-614-6

Invitez la sagesse ancestrale des peuples nordiques dans votre vie quotidienne.



Messages de vos huiles essentielles
Accompagnement énergétique, spirituel et émotionnel

Solange Cousin
24 cartes incluses
128 p. - 9,90 €
ISBN : 978-2-88953-577-4

Faites confiance à la bienveillance des huiles essentielles pour soulager les maux du corps et de l'esprit !

Et aussi...

Ces mots que nous pouvons dire à nos défunts

Floriane Arzouni

12 cartes incluses
128 p. - 9,90 €
ISBN : 978-2-88953-578-1

Communiquer intuitivement avec les animaux

Fabienne Maillefer

18 cartes incluses
128 p. - 9,95 €
ISBN : 978-2-88953-840-9

Expérimenter le voyage astral

Emmanuelle Johnson

18 cartes incluses
128 p. - 9,95 €
ISBN : 978-2-88953-701-3

Faire évoluer son âme grâce aux messages cachés des contes

Sabrina Romeo-Dussart

18 cartes incluses
128 p. - 9,95 €
ISBN : 978-2-88953-909-3

Faire les bons choix grâce au Yi-King

Luce Cassina

128 cartes incluses
160 p. - 17,95 €
ISBN : 978-2-88953-788-4

Guérir ses blessures d'âme avec les annales akashiques

La Douce Pythie

24 cartes incluses
128 p. - 9,95 €
ISBN : 978-2-88953-755-6

L'Amour est dans les lignes de la main

Christian Vidal

18 cartes incluses

128 p. - 9,95 €

ISBN : 978-2-88953-816-4

La Lumière de l'ennéagramme

Sophie Del Val

12 cartes incluses

128 p. - 9,95 €

ISBN : 978-2-88953-892-8

Légendes et messages des pierres thérapeutiques

Véronique Barrau et Arthémisia

24 cartes incluses

128 p. - 9,90 €

ISBN : 978-2-88953-613-9

Mantras : ces formules sacrées qui transforment

Céline Colle

18 cartes incluses

128 p. - 9,95 €

ISBN : 978-2-88953-853-9

Messages des grands maîtres spirituels

Christian Vidal

12 cartes incluses

128 p. - 9,95 €

ISBN : 978-2-88953-967-3

Messages et symboliques des célébrations païennes

Sabrina Romeo-Dussart

18 cartes incluses

128 p. - 9,95 €

ISBN : 978-2-88953-785-3

Ouvrir les portes de ses vies antérieures

Emmanuelle Johnson

18 cartes incluses

128 p. - 9,90 €

ISBN : 978-2-88953-688-7

Ouvrir son 3^e œil

Amandine Issaverdens

18 cartes incluses

128 p. - 9,95 €

ISBN : 978-2-88953-770-9

Pratiquer la magie verte

Ozalee Intuitive

18 cartes incluses

128 p. - 9,95 €

ISBN : 978-2-88953-891-1

Provoquer et décrypter ses rêves

Olivier Cochet

24 cartes incluses

128 p. - 9,90 €

ISBN : 978-2-88953-666-5

Redonner le pouvoir à sa fée intérieure et enchanter sa vie

Valérie Motté

18 cartes incluses

128 p. - 9,95 €

ISBN : 978-2-88953-758-7

Rituels pour explorer en douceur la puissance de son féminin

Chloé Mason

18 cartes incluses

128 p. - 9,90 €

ISBN : 978-2-88953-497-5

S'épanouir avec la lune

Christelle Arondeau

24 cartes incluses

128 p. - 9,95 €

ISBN : 978-2-88953-808-9

S'initier à la magie égyptienne

Emmanuelle Johnson

12 cartes incluses

128 p. - 9,95 €

ISBN : 978-2-88953-966-6

S'initier au tarot et pratiquer au quotidien

Christian Vidal

24 cartes incluses

128 p. - 9,95 €

ISBN : 978-2-88953-775-4

S'épanouir avec Mercure et vivre en pleine conscience (même pendant la phase rétrograde)

Christelle Arondeau

24 cartes incluses

128 p. - 9,95 €

ISBN : 978-2-88953-924-6

Se connecter à l'énergie des arbres

Fabienne Maillefer

18 cartes incluses

128 p. - 9,95 €

ISBN : 978-2-88953-787-7

Se relier à la sagesse des animaux totems

Laurine Koenig

18 cartes incluses

128 p. - 9,95 €

ISBN : 978-2-88953-750-1

Shadow work : notre âme nous guide à travers nos parts d'ombre

Emmanuelle Johnson

12 cartes incluses

128 p. - 9,95 €

ISBN : 978-2-88953-931-4



Nouveautés



Comment j'ai jeté
mes joints pour des vœux
de nonne à 23 ans

Christelle Raison

384 p. - 19,95 €

ISBN : 978-2-88984-010-6

Le récit de vie inspirant et décomplexé d'une femme qui s'est réconcilié avec la spiritualité et qui donne envie d'en faire autant !



La Magie des chats,
les familiers des sorcières
Mythes, légendes et pratiques
rituelles avec vos félins

Fanny Bailly

208 p. - 19,95 €

ISBN : 978-2-88984-023-6

Faites équipe avec votre chat pour révéler vos pouvoirs et vous connecter au monde invisible !



Messages de vie
d'un condamné à mort

Gratitude, Amour
inconditionnel, Liberté
intérieure, Méditation,
Pardon, Résilience

Roger W. McGowen
et Pierre Pradervand

Préface de Christiane Singer
Postface de Bernard
Montaud

312 p. - 9,95 €

ISBN : 978-2-88984-008-3

Quand un condamné à mort nous montre le chemin de la liberté intérieure.



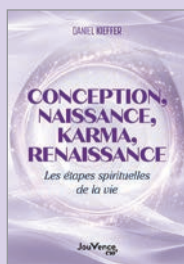
Les 9 clés du Dharma
Libérez le potentiel
de votre esprit

Sandy Hinzelin et Anaka

240 p. - 18,95 €

ISBN : 978-2-88953-995-6

Embrassez le pouvoir transformateur du dharma pour libérer votre potentiel et vivre en harmonie avec le monde.



Conception, naissance,
karma, renaissance
Les étapes spirituelles
de la vie

Daniel Kieffer

464 p. - 19,95 €

ISBN : 978-2-88953-953-6

Si l'on découpait la vie selon ses étapes spirituelles, nous commencerions par la conception et terminerions

par la renaissance, et autant de questions subsisteraient.



Les 12 lois du karma
Changer sa vision de soi
et du monde

Sandy Hinzelin et Anaka

Format poche

256 p. - 9,95 €

ISBN : 978-2-88984-005-2

Changez votre vie grâce à la compréhension des grandes lois du karma qui régissent l'Univers.

Nouvelle édition



Mon fabuleux grimoire de l'Avent

C. Colle, E. Johnson, Ozalee I., A. Issaverdens, F. Maillefer, S. Romeo-Dussart, C. Vidal

208 p. - 16,95 €

ISBN : 978-2-88984-028-1

Cette année, votre calendrier de l'Avent n'est pas un calendrier... mais un livre de l'Avent !

Meilleures ventes



Dieu, la source et l'univers philosophal
Harry Roselmack

Préface de Lucie Gabossi Kakuta Mambenga

208 p. - 17,95 €

ISBN : 978-2-88953-933-8

« J'ai regardé profondément à l'intérieur de moi. J'ai regardé loin dans l'univers. J'y ai vu la même mécanique : celle de l'évolution. »



Harry Roselmack

se passionne pour le monde. Sa quête insatiable de réponses sur l'être et les façons d'être l'a mené au journalisme (rédacteur en chef et présentateur du « Journal de

20 heures » sur TF1, journaliste présentateur du « Journal inattendu » sur Radio RTL, présentateur du magazine « Sept à huit » sur TF1), au cinéma (réalisation du film *Fractures* en 2017) et à la littérature.



La Communication animale intuitive

À la rencontre de la conscience animale

Fabienne Maillefer

Préface des D^{res} vétérinaires Marie-Noëlle Issautier & Jacqueline Peker

312 p. - 9,95 €

ISBN : 978-2-88953-632-0

Une technique surprenante pour ouvrir son cœur à de nouvelles dimensions et vivre une expérience d'âme à âme.



Tout est énergie

Développez votre magnétisme pour une vie plus harmonieuse

Fabrice Ruiz

240 p. - 17,95 €

ISBN : 978-2-88953-880-5

Un guide ludique et pratique pour découvrir le plein potentiel de l'énergie qui circule en chacun de nous et prendre soin de sa santé.



La Connexion perdue
Retrouver la communication intuitive avec les animaux et la nature

Marta Williams

En collaboration avec Chantal de Folleville

224 p. - 19,90 €

ISBN : 978-2-88953-652-8

Et si, tel un chaman, vous pouviez communiquer avec les animaux et la nature ?

Meilleures ventes

Best
seller



Libérez votre potentiel grâce au Human Design
Le grand guide de la connaissance de soi
Mélissa Simonot
Préface de Safia Ayad
432 p. - 24,95 €
ISBN : 978-2-88953-885-0

Un ouvrage novateur pour apprendre à décrypter son schéma de Human Design et découvrir la personne que l'on est vraiment.

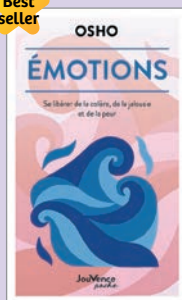
Best
seller



Le Courage
La joie de vivre dangereusement
Osho
240 p. - 9,95 €
ISBN : 978-2-88953-477-7

Découvrez comment développer le courage intérieur qui nous permet de mener une vie quotidienne authentique et profondément satisfaisante.

Best
seller



Émotions
Se libérer de la colère, de la jalousie et de la peur
Osho
144 p. - 8,95 €
ISBN : 978-2-88953-813-3

Faites de votre émotion votre don le plus précieux !



Être en pleine conscience
Une présence à la vie
Osho
288 p. - 9,95 €
ISBN : 978-2-88953-472-2

Parcourez de nouveaux horizons pour vivre votre vie différemment : en pleine conscience.

Et aussi...

30 enseignements zen des maîtres du thé
Nicolas Chauvat
150 p. - 8,90 €
ISBN : 978-2-88911-772-7

365 messages de la Roue de Médecine chamanique
Sophie Del Val (Healing Moonlight)
288 p. - 17,90 €
ISBN : 978-2-88953-681-8

Astro : le livre du Feu
Steven Forrest
448 p. - 24,95 €
ISBN : 978-2-88953-751-8

Au cœur de nos vies antérieures
Emmanuelle Johnson
208 p. - 17,95 €
ISBN : 978-2-88953-838-6

Au cœur des Shanenawa
Alix Alléguede
192 p. - 17,95 €
ISBN : 978-2-88953-780-8

Ça crée
Julie Lamiré
192 p. - 16,95 €
ISBN : 978-2-88953-969-7

Chakras & Business
Murielle Sitbon
240 p. - 18,90 €
ISBN : 978-2-88953-658-0

Comment trouver son chemin spirituel
Pierre Pradervand
160 p. - 16,90 €
ISBN : 978-2-88953-522-4

Contes médiumniques de nos guides spirituels
Hélène Myran-Fiorini
256 p. - 17,95 €
ISBN : 978-2-88953-898-0

Conversations magiques avec nos guides
Lee Harris et Dianna Edwards
176 p. - 16,95 €
ISBN : 978-2-88953-815-7

Décrypter l'avenir
Christian Vidal
256 p. - 19,95 €
ISBN : 978-2-88953-910-9

Embrasse le pouvoir des astres
L. B. Satis et T. K. Yongdroup
36 cartes incluses
272 p. - 22,95 €
ISBN : 978-2-88953-936-9

Être en harmonie, oublier ses soucis, simplement vivre
Anselm Grün
144 p. - 7,90 €
ISBN : 978-2-88953-582-8

L'Audace d'aimer : une voie vers la liberté intérieure
Pierre Pradervand

192 p. - 18,5 €
ISBN : 978-2-88353-986-0

L'Esprit de ma cafetière ou comment tout dans l'univers possède une forme de mentalité
Jiri Benovsky

208 p. - 17,90 €
ISBN : 978-2-88953-341-1

L'Oracle de la 9^e lune
Chloé Vibes et Céline Polloc

Coffret de 40 cartes et un livret de 64 p. - 24,90 €
ISBN : 978-2-88953-535-4

L'Oracle des mouvements guérisseurs
Élodie Leclercq et Salty Studio

Coffret de 42 cartes et un livret de 64 p. - 24,90 €
ISBN : 978-2-88953-639-9

La Magie des animaux de pouvoir
Laurine Koenig et Virginie Cochet

Coffret de 40 cartes et un livret de 64 p. - 29,95 €
ISBN : 978-2-88953-799-0

La Nature, source spirituelle
Philippe Roch

192 p. - 18,80 €
ISBN : 978-2-88353-784-2

La Spiritualité de la pleine conscience
Christian Miquel

+ CD
192 p. - 17 €
ISBN : 978-2-88911-958-5

Le Cahier d'activités des gardiennes spirituelles
Collectif

192 p. - 16,90 €
ISBN : 978-2-88953-630-6

Le Cahier d'activités des sorcières modernes
Collectif

224 p. - 19,95 €
ISBN : 978-2-88953-774-7

Le Guide 100 % pratique du voyage au tambour
Claire Jeanne Soulet-Clijnsen

256 p. - 19,95 €
ISBN : 978-2-88953-864-5

Le Soleil de l'après-vie
Amandine Adnot

144 p. - 14,90 €
ISBN : 978-2-88953-513-2

Les 12 lois du karma
Sandy Hinzelin et Anaka

Grand format
256 p. - 18,90 €
ISBN : 978-2-88953-461-6

Les Quatre Nobles Vérités et l'octuple sentier du Bouddha
Christian Miquel

144 p. - 6,90 €
ISBN : 978-2-88911-872-4

Les Secrets de notre conscience
David Perroud et Helen Mc Geachy

Grand format
192 p. - 18,90 €
ISBN : 978-2-88953-409-8

Les Secrets de notre conscience
David Perroud et Helen Mc Geachy

Format poche
192 p. - 9,95 €
ISBN : 978-2-88953-783-9

Marche et Méditation
Pierre-Yves Brissiaud

224 p. - 8,90 €
ISBN : 978-2-88911-687-4

Maximes africaines
Tiraogo Maxime Ily

224 p. - 13,1 €
ISBN : 978-2-88353-872-6

Médium, tarologue, astrologue... comment vivre de la spiritualité
La Douce Pythie

288 p. - 22,95 €
ISBN : 978-2-88953-847-8

Mes cartes totems vibratoires
Jérémy Rueda

Coffret de 42 cartes et un livret de 64 p. - 29,95 €
ISBN : 978-2-88953-801-0

Messages de vie : un condamné à mort témoigne
Roger W. McGowen et Pierre Pradervand

240 p. - 19,95 €
ISBN : 978-2-88911-847-2

Messages féériques du royaume des arbres
Fabienne Maillefer et Aline Quod

64 p. - 29,95 €
ISBN : 978-2-88953-890-4

Oracle Book
Jérémy Rueda

176 p. - 16,95 €
ISBN : 978-2-88953-752-5

Pensées bienveillantes à s'offrir et à offrir
Pierre Pradervand

150 p. - 8,90 €
ISBN : 978-2-88911-956-1

Planètes rétrogrades : le guide indispensable pour survivre, quel que soit l'alignement des planètes
Jennifer Billock

176 p. - 17,95 €
ISBN : 978-2-88953-889-8

Recevoir les messages de l'Univers
Céline Colle

30 cartes et un livret de 64 p. - 29,95 €
ISBN : 978-2-88953-877-5

Se relier au vivant par l'intuition
Fabienne Maillefer

224 p. - 17,90 €
ISBN : 978-2-88953-597-2

Surmonter les incertitudes
Nicolas Chauvat

128 p. - 8,90 €
ISBN : 978-2-88953-310-7

Vibrations : se reconnecter à ses pouvoirs invisibles
Clélia Félix

256 p. - 19,95 €
ISBN : 978-2-88953-311-4

Vis sans crainte, c'est encore mieux après
Vincent Terrien

176 p. - 14,95 €
ISBN : 978-2-88953-971-0

Yoga et rituels des 9 déesses
Charlotte Saint Jean

272 p. - 19,90 €
ISBN : 978-2-88953-458-6

Inattendue et décalée mais surtout désarmante de vérité, la collection #sansfiltre prône l'authenticité à l'état pur. Bien au-delà de leur propre expérience (qu'ils ont transcendée), les autrices et les auteurs de ces essais et récits personnels ôtent les masques de façon audacieuse (parfois même avec un ton irrévérencieux) pour répondre à des problématiques universelles.

Au programme : **authenticité, humour et entraide !**



Meilleures ventes

Best
seller



Hilarant, féroce et tendre : le guide parfait pour devenir la ninja de l'estime de soi.

Existe en poche : 464 p. - 9,95 €
ISBN : 978-2-88953-782-2

Achète-toi toi-même ces p*tains de fleurs
Et autres rituels pour prendre sa vie en main.
Par quelqu'un qui est passé par là.

Tara Schuster

Grand format

464 p. - 22,90 €

ISBN : 978-2-88953-322-0



Ça va aller !

Diagnostic, handicap,
couple, fratrie, famille,
autisme, crises,
hypersensibilité

Daisy

Préface de Paul El Kharrat

224 p. - 17,90 €

ISBN : 978-2-88953-529-3

Autisme, hypersensibilité,
différence... un bijou d'hu-
mour et d'émotions, mais
surtout d'espoir.



Tara Schuster est vice-présidente de l'émission américaine *Talent and Development* sur la chaîne de télévision *Comedy Central*. Dirigeante d'entreprise brillante, elle a lutté contre la dépression et a vécu

les pires instants de sa vie à l'âge de 26 ans. Ses conseils bien-être sont lumineux. Sitôt paru aux États-Unis et encensé par des médias comme *Forbes*, *The New York Times* ou encore *Cosmopolitan*, *Achète-toi toi-même ces p*tains de fleurs* s'est hissé en tête des meilleures ventes. Tara est aussi l'autrice, aux Éditions Jouvence, d'*Écris tes p*tains de pages du matin* et de *Brille dans ta p*tain de nuit*.

Meilleures ventes

**Périménopower**

Le guide puissant qui accompagne le changement de la ménopause

Katarina Wilk

192 p. - 17,90 €
ISBN : 978-2-88953-391-6

Faites de la périménopause un moment puissant de votre vie !

existe en poche : 192 p. - 7,95 €
ISBN : 978-2-88953-960-4

**L'autisme est mon super-pouvoir**

Lali Dugelay

176 p. - 17,95 €
ISBN : 978-2-88953-760-0

Un texte attachant, drôle, émouvant et plein d'espoir.

**Mes nuits sauvages**

Sylvie Pérenne

Grand format
304 p. - 17,90 €
ISBN : 978-2-88953-591-0

N'est pas Mike Horn qui veut ! (Ou peut-être que si ?)

existe en poche : 312 p. - 9,95 €
ISBN : 978-2-88953-907-9

Et aussi...

Brille dans ta p*tain de nuit

Tara Schuster

480 p. - 22,95 €
ISBN : 978-2-88953-802-7

Ça ne se fait pas d'en parler

D' Yael Adler

432 p. - 22,90 €
ISBN : 978-2-88953-440-1

Ça va merveilleusement bien

Ruby Elliot

256 p. - 18,90 €
ISBN : 978-2-88953-260-5

Comment ça va aujourd'hui ?

Amandine Issavardens et Hippolyte Maurel

224 p. - 16,90 €
ISBN : 978-2-88953-564-4

Comment j'ai arrêté de travailler pour mieux me réinventer

Céline Onana

208 p. - 17,95 €
ISBN : 978-2-88953-829-4

Confidences d'une ex-accro des régimes

Mathilde Blancal

320 p. - 17,90 €
ISBN : 978-2-88953-574-3

Écris tes p*taïns de pages du matin

Tara Schuster

208 p. - 16,90 €
ISBN : 978-2-88953-540-8

Entre deux royaumes

Suleika Jaouad

512 p. - 24,90 €
ISBN : 978-2-88953-655-9

Fonce corps et âme !

Karine Baillet

276 p. - 17,90 €
ISBN : 978-2-88953-642-9

Les Chroniques de Double-clic

Jean-Louis Dufloux

224 p. - 17,90 €
ISBN : 978-2-88953-455-5

Nomades, sauvages et parents

Alizée Conraud et Marie-Lou Lesage

288 p. - 19,95 €
ISBN : 978-2-88953-761-7

PTDR : Pour une Thérapie Du Rire

Julie Mamou-Mani

256 p. - 16,90 €
ISBN : 978-2-88953-500-2

Tu veux vraiment t'installer à la campagne ?!

Aurélié Delahaye

Grand format
240 p. - 17,90 €
ISBN : 978-2-88953-449-4



Les seuls biens dont nous disposons vraiment sont notre corps et notre santé. Ce sont eux qui nous ouvrent les portes de la vie. C'est donc à nous d'en prendre soin, de les préserver.

Les Éditions Jouvence souhaitent vous mettre **sur la voie des thérapies douces** qui englobent l'être humain dans toutes ses dimensions essentielles : **physique, émotionnelle, psychique et spirituelle**. Vous êtes actrice ou acteur de votre santé.



Naturopathie

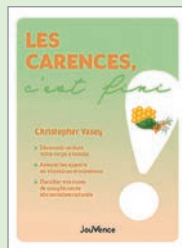
Nouveautés



Calmer les douleurs par la naturopathie
65 protocoles pour soulager ballonnements, mal de dos, tendinites, cystites, arthrose, zona...
Christopher Vasey

232 p. - 17,95 €
ISBN : 978-2-88984-002-1

Des remèdes efficaces, naturels et à la portée de tous pour calmer les douleurs courantes.



Les Carences, c'est fini !
Christopher Vasey

128 p. - 9,95 €
ISBN : 978-2-88984-036-6

Apprenez à combler vos carences et devenez ainsi un artisan de votre santé.



Christopher Vasey

est naturopathe. Il a contribué à diffuser les principes de base de la naturopathie, tels que les concepts d'équilibre acido-basique, d'élimination des toxines, de maladies de carence

et de surcharge, etc. Ses livres sont traduits dans plusieurs langues et rencontrent un large succès. Il est l'auteur de nombreux ouvrages de référence aux Éditions Jouvence, dont le *Manuel de détoxification*, *L'Équilibre acido-basique* et *Je détoxique mon foie, c'est parti !*

Nouvelle édition

Best seller



Accompagnez votre SOPK au naturel
Agissez sur les causes du Syndrome des Oaires Polykystiques et soulagez vos symptômes

Céline Hovette
288 p. - 19,95 €
ISBN : 978-2-88984-058-8

Le livre de référence sur le sujet du SOPK.

Meilleures ventes



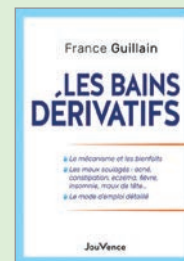
L'Équilibre acido-basique
Source de bien-être
et de vitalité
Christopher Vasey
160 p. - 15,95 €
ISBN : 978-2-88953-735-8

Un guide complet avec des actions simples et efficaces à la portée de chacun pour préserver sa vitalité !



Le Système lymphatique : votre nouvel allié santé
Améliorer sa circulation,
renforcer son immunité
et drainer les toxines
Christopher Vasey
200 p. - 17,95 €
ISBN : 978-2-88953-504-0

Les capacités détoxifiantes et immunitaires du système lymphatique jouent un rôle primordial pour que le corps reste en bonne santé.



Les Bains dérivatifs
France Guillain
176 p. - 17,95 €
ISBN : 978-2-88953-720-4

Le livre de référence sur cette pratique de santé ancestrale !



Manuel de détoxification
Santé et vitalité par l'élimination
des toxines
Christopher Vasey
Préface du Dr Philippe-Gaston Besson
256 p. - 17,90 €
ISBN : 978-2-88953-162-2

La référence pour purifier et détoxifier votre organisme.

Best
seller



La Méthode Kousmine
Alimentation saine, apport
de vitamines et minéraux,
hygiène intestinale, implications
psychologiques
Fondation Dr Catherine Kousmine
Préface du Dr Philip Keros
288 p. - 9,95 €
ISBN : 978-2-88953-649-8

La méthode culte en alimentation thérapeutique !



**Le Grand Manuel
des fleurs de Bach**
À l'usage de tous :
prescripteurs et utilisateurs
Dr Richard Sprigg
240 p. - 20 €
ISBN : 978-2-88911-717-8

L'outil indispensable pour connaître, utiliser et prescrire les 38 remèdes de Bach.

Et aussi...

12 huiles essentielles pour mon chien

Maxime Beune

128 p. - 9,90 €

ISBN : 978-2-88953-386-2

Acidose et mucose toxiques

Daniel Kieffer

160 p. - 9,95 €

ISBN : 978-2-88953-251-3

Arthrite et arthrose : prendre soin de ses articulations à l'aide de la naturopathie

Caroline Brondel

192 p. - 17,90 €

ISBN : 978-2-88953-410-4

Compresses et cataplasmes

Christopher Vasey

160 p. - 8,70 €

ISBN : 978-2-88911-783-3

Détox

Christopher Vasey

128 p. - 9,90 €

ISBN : 978-2-88911-587-7

Détoxication optimale

Christopher Vasey

160 p. - 16,20 €

ISBN : 978-2-88353-854-2

Entretenir son immunité pour se prémunir des virus

Christopher Vasey

208 p. - 19,90 €

ISBN : 978-2-88953-670-2

Gérez votre équilibre acido-basique

Christopher Vasey

192 p. - 16,95 €

ISBN : 978-2-88953-868-3

Homéopathie familiale

D^r François Choffat

192 p. - 22,90 €

ISBN : 978-2-88953-098-4

Inflammation chronique de l'organisme : la comprendre et la gérer

Jacques Fontaine

176 p. - 16,50 €

ISBN : 978-2-88911-820-5

Je crée mes cosmétiques à base d'huiles essentielles

Mélanie Colleaux

128 p. - 8,90 €

ISBN : 978-2-88953-066-3

Je détoxique mon foie, c'est parti !

Christopher Vasey

128 p. - 9,95 €

ISBN : 978-2-88953-896-6

Je reconstruis ma flore intestinale, c'est parti !

Christopher Vasey

128 p. - 9,95 €

ISBN : 978-2-88953-895-9

L'Hydrothérapie du côlon

Josiane Mignot

256 p. - 21,30 €

ISBN : 978-2-88353-427-8

La Détox holistique

Daniel Kieffer

160 p. - 9,80 €

ISBN : 978-2-88953-201-8

La Petite Pharmacie familiale en naturopathie

Daniel Kieffer

240 p. - 17,90 €

ISBN : 978-2-88953-327-5

Le Choix des huiles essentielles

Félicienne Tu-Saint Girons

et Benoît Saint Girons

192 p. - 9,70 €

ISBN : 978-2-88911-506-8

Le Réflexe médicament, c'est fini !

Isabelle Doumenc

128 p. - 6,90 €

ISBN : 978-2-88911-704-8

Les 10 cerveaux de la naturopathie

Daniel Kieffer

140 p. - 9,80 €

ISBN : 978-2-88953-200-1

Les Compléments alimentaires naturels

Christopher Vasey

192 p. - 16,50 €

ISBN : 978-2-88953-489-0

Les Eaux de détox

Daniel Kieffer

144 p. - 9,95 €

ISBN : 978-2-88953-265-0

Les Hémorroïdes, c'est fini !

Corinne Allieux Goldfarbe

128 p. - 7,90 €

ISBN : 978-2-88953-503-3

Les Principes de base d'une alimentation saine

Christopher Vasey

256 p. - 18,90 €

ISBN : 978-2-88953-295-7

Ma naturo spéciale bons vivants

Noémie Vega

128 p. - 9,90 €

ISBN : 978-2-88953-318-3

Ma phyto au féminin

Virginie Peytavi

128 p. - 9,90 €

ISBN : 978-2-88953-316-9

Magnétisme et Santé

Daniel Kieffer

240 p. - 19,95 €

ISBN : 978-2-88953-326-8

Mes huiles essentielles en voyage

Maxime Beune

128 p. - 9,90 €

ISBN : 978-2-88953-329-9

Mes potions naturo bien-aimées au quotidien

Véronique Beck

128 p. - 9,90 €

ISBN : 978-2-88953-452-4

Mon grand guide de la ménopause et de l'andropause

Daniel Kieffer

320 p. - 27,95 €

ISBN : 978-2-88953-789-1

Mon grand guide de naturopathie

Christopher Vasey

448 p. - 27,95 €

ISBN : 978-2-88953-746-4

Mon grand manuel des huiles essentielles

D^r Pascale Gélis Imbert

352 p. - 20,00 €

ISBN : 978-2-88953-094-6

Mon manuel de gemmothérapie

Valérie Catala

256 p. - 19,95 €

ISBN : 978-2-88953-159-2

Naturopathie pratique

Daniel Kieffer

160 p. - 7,70 €

ISBN : 978-2-88911-611-9

Pardonnez et se pardonner

Daniel Kieffer

144 p. - 9,80 €

ISBN : 978-2-88953-249-0

Petit traité de naturopathie

Christopher Vasey

160 p. - 14,95 €

ISBN : 978-2-88953-443-2

Prenez soin de vos intestins

Daniel Kieffer

224 p. - 16,50 €

ISBN : 978-2-88911-635-5

Réaliser son autobilan
de vitalité

Daniel Kieffer

160 p. - 16,95 €

ISBN : 978-2-88953-266-7

Régénérez votre foie !

Dr Sandra Cabot

Suivi de "Les plantes amies
de votre foie" de M.F. Muller

208 p. - 18,95 €

ISBN : 978-2-88953-050-2

(Re)trouver l'énergie grâce
à la cure de (re)vitalisation

Nina Bossard

192 p. - 16,90 €

ISBN : 978-2-88953-389-3

Satisfaire ses besoins,
se libérer de ses frustrations

Daniel Kieffer

256 p. - 18,90 €

ISBN : 978-2-88953-288-9

Se détoxifier au naturel
par les plantes

Claire Laurant

144 p. - 16,50 €

ISBN : 978-2-88911-549-5

Se libérer de la constipation

Christopher Vasey

192 p. - 16,50 €

ISBN : 978-2-88911-595-2

Se soigner avec l'eau : bains
(locaux, dérivatifs...), lavements,
hammams, bouillottes...

Daniel Kieffer

192 p. - 17,95 €

ISBN : 978-2-88953-862-1

Terrain acidifié

Jacques Fontaine

128 p. - 7,70 €

ISBN : 978-2-88911-517-4

Votre corps réclame de l'eau

Dr Fereydoon Batmanghelidj

160 p. - 16,95 €

ISBN : 978-2-88953-490-6

Alimentation

Nouveauté

Les épinards préfèrent les agrumes
plutôt que le thé vertCe que personne ne vous dit sur la cuisson et l'association des
aliments

Nicolas Chauvat

224 p. - 17,95 €

ISBN : 978-2-88984-062-5

Libérez tout le potentiel de vos aliments grâce à l'art de
la cuisson et des associations parfaites !Auteur d'une dizaine de livres traduits
dans plusieurs langues, **Nicolas Chauvat**
est spécialisé dans le domaine de la santé
et du bien-être. Né de parents chercheurs
en microbiologie au CEA/CNRS et formé
en immunologie et en biochimie dans
des universités renommées telles que
Harvard, il vit au Japon depuis plus de dix
ans, où il mène des recherches pour percerles secrets de longévité des habitants. Il est, entre autres,
l'auteur aux Éditions Jouvence de *Genki, les dix règles d'or
des Japonais*, *Fukko : les 12 secrets des Japonais* et *Meneki :
renforcez votre système immunitaire*.

Nouveautés



Mieux vivre la ménopause grâce à l'alimentation
Recettes et conseils nutritionnels pour la périménopause, la ménopause et la postménopause
Dr Linia Patel
280 p. - 19,95 €
ISBN : 978-2-88953-983-3

De délicieuses recettes parfaites pour la période de ménopause.



Air Fry ta vie !
Des recettes gourmandes et inattendues qui impressionneront vos invités !
Manon Lapierre avec Lionel du Souich
240 p. - 19,95 €
ISBN : 978-2-88984-031-1

Faites de l'Air fryer votre meilleur allié culinaire !

Nouvelle édition



L'Art de jeûner
Manuel du jeûne thérapeutique Buchinger
Dr Françoise Wilhelmi de Toledo
Avec la participation du chef Hubert Hohler
240 p. - 24,95 €
ISBN : 978-2-88984-066-3

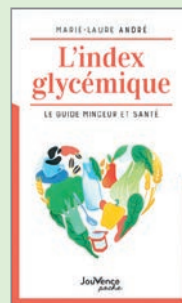
La méthode Buchinger : jeûner, avec un médecin, en toute sécurité !



Boissons santé au fil des saisons
Du kéfir au chaï latte : 80 recettes gourmandes et bienfaitantes
Sabrina Romeo-Dussart
224 p. - 19,95 €
ISBN : 978-2-88953-940-6

Du kéfir au chaï latte : 80 recettes simples et sans alcool pour toute l'année.

Meilleures ventes



L'Index glycémique
Le guide minceur et santé
Marie-Laure André
176 p. - 8,90 €
ISBN : 978-2-88953-471-5

Gagnez en santé et perdez du poids grâce à l'index glycémique !



Alimentation sans gluten ni laitages
Comprendre l'intolérance et adapter son alimentation
Marion Kaplan
Préface du Dr Bruno Donatini
240 p. - 19,90 €
ISBN : 978-2-88953-340-4

Intolérants, trouvez les clés pour un mode de vie équilibré !

Meilleures ventes



Mon alimentation santé facile : paléo : sans gluten, laitages, sucre, soja et 50 recettes

Marion Kaplan

128 p. - 5,90 €

ISBN : 978-2-88911-910-3

Arrêtez de vous empoisonner : cuisinez sans danger et en toute simplicité !



Mon alimentation santé facile : Acido-basique et 68 recettes

Christopher Vasey

128 p. - 5,90 €

ISBN : 978-2-88911-968-4

Apprenez à cuisiner en respectant l'équilibre acido-basique



La Table des intolérants

Sans gluten, sans lactose, sans sucre, sans levure, sans œuf

Virginie Martin et Dr Grégoire Cozon

176 p. - 16,90 €

ISBN : 978-2-88953-044-1

Adoptez une alimentation sans gluten, sans lait, sans sucre et sans levure... mais avec plaisir !

Et aussi...

3 jours de jeûne, c'est parti !

Dr Sandra Stallaert

128 p. - 8,90 €

ISBN : 978-2-88953-600-9

Algues faciles

Carole Dougoud Chavannes

176 p. - 8,70 €

ISBN : 978-2-88911-919-6

Anti-candida

Alice Greetham

128 p. - 9,90 €

ISBN : 978-2-88953-612-2

Bicarbonate de soude, citron, vinaigre, argile, miel, sel : Les 6 produits miracles

Alessandra Moro Buronzo

192 p. - 16,50 €

ISBN : 978-2-88911-465-8

Happy veggie

Juliette Pochat

160 p. - 14,90 €

ISBN : 978-2-88911-933-2

Je mange moins de sel, c'est parti !

Christopher Vasey

128 p. - 8,95 €

ISBN : 978-2-88953-714-3

Je mange sainement au quotidien, c'est parti !

Christopher Vasey

128 p. - 7,90 €

ISBN : 978-2-88953-270-4

Kousmine gourmande

Suzanne Prenay et Brigitte Favre

248 p. - 19,90 €

ISBN : 978-2-88911-994-3

La Crème Budwig

Dr Philippe-Gaston Besson

128 p. - 14,70 €

ISBN : 978-2-88353-871-9

La Green Food en famille

Marie Gabrielle Domizi et Alice Greetham

160 p. - 15,90 €

ISBN : 978-2-88953-393-0

Les 5 piliers de la santé

Dr Philippe-Gaston Besson, Dr Alain Bondil, Dr

André Deanjean et Dr Philip Keros

320 p. - 22,40 €

ISBN : 978-2-88353-326-4

Les Additifs alimentaires

Marie-Laure André

160 p. - 8,70 €

ISBN : 978-2-88911-405-4

Les Cures de santé

Christopher Vasey
et Johanna Brandt

224 p. - 16,90 €
ISBN : 978-2-88911-855-7

Les Graines Germées de A à Z

Carole Dougoud Chavannes

256 p. - 19,95 €
ISBN : 978-2-88953-884-3

Les Incroyables Vertus des jus de légumes

Évelyne Baubeau

144 p. - 7,95 €
ISBN : 978-2-88953-745-7

Les Incroyables Vertus du curcuma

Alessandra Moro Buronzo

128 p. - 8,70 €
ISBN : 978-2-88911-762-8

Les Incroyables Vertus du gingembre

Alessandra Moro Buronzo

128 p. - 8,70 €
ISBN : 978-2-88911-569-3

Les Incroyables Vertus du régime crétois

Emmanuelle Jumeaucourt

128 p. - 8,70 €
ISBN : 978-2-88911-711-6

Les Intolérances alimentaires, c'est fini !

Isabelle Mante

128 p. - 7,90 €
ISBN : 978-2-88953-225-4

Les Régimes, c'est fini !

Céline Touati

128 p. - 6,90 €
ISBN : 978-2-88911-807-6

Les Vertus de l'ortie

Alessandra Moro Buronzo

160 p. - 8,70 €
ISBN : 978-2-88911-833-5

Les Vertus de la spiruline

Géraldine Laval Legrain
et Benoît Legrain

144 p. - 8,70 €
ISBN : 978-2-88953-116-5

Lunch box veggie

Juliette Pochat

144 p. - 14,90 €
ISBN : 978-2-88953-194-3

Mes 50 super aliments + 1

Caroline Balma-Chaminadour

224 p. - 16,90 €
ISBN : 978-2-88911-907-3

Mes astuces anti-grignotage, c'est parti !

Véronique Beck

128 p. - 7,90 €
ISBN : 978-2-88953-226-1

Mon alimentation santé facile : À base de citron

Christopher Vasey
et Lisa Masset

128 p. - 5,90 €
ISBN : 978-2-88911-967-7

Mon alimentation santé facile : Anti-AVC

Marie-Laure André

128 p. - 5,90 €
ISBN : 978-2-88953-151-6

Mon alimentation santé facile : Anticholestérol

Isabelle Doumenc
et Magdalina Asanchevay

128 p. - 5,90 €
ISBN : 978-2-88911-969-1

Mon alimentation santé facile : Brûler les graisses durablement

Céline Touati

128 p. - 5,90 €
ISBN : 978-2-88911-908-0

Mon alimentation santé facile : Curcuma et gingembre, mes épices miracles

Alessandra Moro Buronzo

128 p. - 5,90 €
ISBN : 978-2-88911-914-1

Mon alimentation santé facile : desserts sans sucre raffiné

Christopher Vasey
et Marie Gabrielle Domizi

128 p. - 6,50 €
ISBN : 978-2-88953-198-1

Mon alimentation santé facile : Riche en micronutriments

Juliette Benedicto

128 p. - 6,50 €
ISBN : 978-2-88953-149-3

Mon alimentation santé facile : Salades santé

Alessandra Moro Buronzo

128 p. - 6,50 €
ISBN : 978-2-88953-160-8

Mon alimentation santé facile : Spécial sportifs

Juliette Benedicto

128 p. - 5,90 €
ISBN : 978-2-88953-150-9

Oméga-3

Dr Dominique Rueff

170 p. - 7,70 €
ISBN : 978-2-88911-713-0

Prévenir les accidents vasculaires par l'alimentation

Marie-Laure André

180 p. - 7,70 €
ISBN : 978-2-88911-768-0

Quand le corps a soif...

Christopher Vasey

160 p. - 15,90 €
ISBN : 978-2-88911-495-5

Quiches, tourtes et tartes à index glycémique bas

Léa Delmas

et Jeanne Baliteau
176 p. - 15,90 €
ISBN : 978-2-88953-377-0

Recettes et astuces anti-ballonnements

Céline Touati

128 p. - 8,70 €
ISBN : 978-2-88911-736-9

Recettes sans lait ni gluten pour petits et grands

Valérie Cupillard

160 p. - 16,90 €
ISBN : 978-2-88911-675-1

Réduire sa consommation de viande, c'est parti !

Véronique Beck

128 p. - 7,90 €
ISBN : 978-2-88953-269-8

Tisanes : guide pratique pour toute la famille

Dr Claire Laurant

160 p. - 16,50 €
ISBN : 978-2-88911-296-8

Zéro déchet, zéro gaspi

Lisa Masset

192 p. - 14,90 €
ISBN : 978-2-88911-810-6

Pilates/gym douce

Autres thématiques

Meilleures ventes

Best
seller

Gym douce et yoga sur une chaise
150 exercices et postures
simples et efficaces
Jacques Choque

144 p. - 14,95 €
ISBN : 978-2-88953-867-6

Le livre idéal pour entretenir et développer, en douceur, sa souplesse, sa mobilité et sa force



Pilates au mur et avec chaise
3 programmes de 21 jours
pour se renforcer
Marine Biren

240 p. - 16,95 €
ISBN : 978-2-88953-951-2

Pilates au mur : la nouvelle tendance pour un sport accessible à tous.

Nouveautés



C'est le chaos là-haut !
Prendre soin de votre santé
grâce à la cohérence
cœur-corps-cerveau
Dr Sandra Stallaert

208 p. - 16,95 €
ISBN : 978-2-88953-997-0

Sortir du mode « survie » et emprunter le chemin de cohérence entre les 3 C : cœur, corps, cerveau.



Transfert et Contre-transfert
La relation patient/thérapeute
Serge Tracy

144 p. - 9,95 €
ISBN : 978-2-88984-037-3

Le guide indispensable à la psychothérapie enfin en édition poche



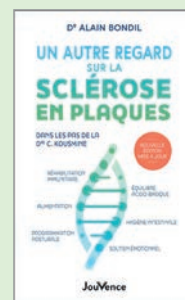
La Beauté du visage
Yoga du visage, automassages,
skin care, nutrition, collagène...
Nathalie Dendura

+ de 100 techniques
+ de 20 routines en vidéos.
Des conseils de professionnels
de santé

400 p. - 24,95 €
ISBN : 978-2-88953-982-6

Le guide complet pour une beauté holistique du visage.

Nouvelle édition



Un autre regard sur la sclérose en plaques
Dans les pas
de la Dr C. Kousmine
Dr Alain Bondil
336 p. - 24,95 €
ISBN : 978-2-88984-013-7

Une perspective différente sur la sclérose en plaques, pour mieux vivre avec cette maladie complexe.

Meilleures ventes



Grand manuel pour fabriquer ses remèdes naturels

Christophe Bernard

256 p. - 22,95 €

ISBN : 978-2-88953-928-4

Soignez toute votre famille grâce à 20 recettes ancestrales déclinables à l'infini.



Jin Shin Jyutsu

L'art de revitaliser et d'harmoniser le corps, le mental et l'esprit par le toucher

Alice Burmeister

et Tom Monte

Préface de Mary Burmeister

192 p. - 19,90 €

ISBN : 978-2-88953-565-1

L'ouvrage de référence qui réunit une solide communauté d'adeptes.

Best seller



Être en bonne santé grâce au nerf vague
La méthode pour réduire le stress, l'inflammation, les troubles digestifs... et retrouver la vitalité

Jean-Marie Defossez

224 p. - 17,95 €

ISBN : 978-2-88953-432-6

Partez à la découverte du nerf de l'hypersensibilité par excellence.



Mon grand guide du nerf vague

Jean-Marie Defossez

344 p. - 27,95 €

ISBN : 978-2-88953-767-9

La bible du nerf vague, le nouvel allié de notre santé.



Le Guide du flux libre instinctif

Se passer de protections hygiéniques féminines (serviettes, tampons, cups...), c'est possible !

Mélissa Carlier

256 p. - 19,95 €

ISBN : 978-2-88953-637-5

Maîtriser vos règles sans serviettes ni tampons et sans effort !

Best seller



Soignez vos maux courants par la réflexologie faciale
Dien' Cham' et autres approches

Marie-France Muller

512 p. - 34,95 €

ISBN : 978-2-88953-029-8

Savez-vous qu'il suffit de frictionner pendant quelques secondes certaines zones du visage pour soulager aussitôt un mal de dos, une migraine naissante ou stopper net un début de rhume ?



Le **Dr Olivier Marpeau** est gynécologue obstétricien depuis 2009. Passionné par la vulgarisation médicale, il crée avec sa femme @Mon.Gyneco en 2022 (retrouvez-le sur Facebook, TikTok et Instagram) qui représente,

aujourd'hui, une communauté de près de trois millions de personnes. Son désir de faciliter et simplifier l'accès à l'info gynéco l'invite à transmettre son savoir avec précision, enthousiasme et humour.

Meilleures ventes

Best
seller



Mille questions
à mon gynéco
Des réponses sans tabou
Dr Olivier Marpeau

272 p. - 19,95 €
ISBN : 978-2-88953-839-3

Toutes les réponses sans
tabou du gynéco préféré des
réseaux !



Le Dien' cham'
Une étonnante méthode
vietnamienne de réflexologie
faciale

**Marie-France Muller
et Nhuan Le Quang**

272 p. - 22,95 €
ISBN : 978-2-88953-080-9

Une pharmacie familiale ambulante, à portée... de doigts !



Ma révolution sexuelle
avec la symptothermie,
c'est parti !

Eugénie Tabi

128 p. - 8,95 €
ISBN : 978-2-88953-715-0

Tous les principes de cette
méthode de contraception
alternative, fiable et 100 %
naturelle !



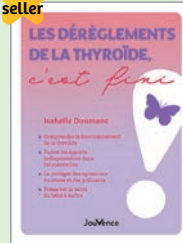
Je guéris du vaginisme,
c'est parti !

Mame Ndanty Badiane

128 p. - 8,90 €
ISBN : 978-2-88953-598-9

Le premier livre entièrement
consacré à la problématique du
vaginisme

Best
seller



Les dérèglements
de la thyroïde,
c'est fini !

Isabelle Doumenc

128 p. - 9,95 €
ISBN : 978-2-88953-949-9

« Un livre clair, pratique, incontournable. » Alternative santé

Meilleures ventes



Stimulez votre énergie vitale

L'automassage par le chi

Mantak Chia

144 p. - 7,95 €

ISBN : 978-2-88953-693-1

Découvrez tous les bienfaits et les secrets du massage taoïste.



Les Secrets de santé et bien-être de Sainte Hildegarde de Bingen

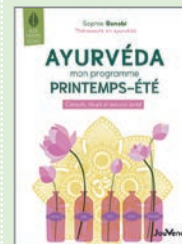
Daniel Maurin

Préface de Jean-Pierre Geffroy

168 p. - 7,95 €

ISBN : 978-2-88953-643-6

Une précieuse synthèse entre santé et spiritualité.



Ayurvêda : mon programme printemps-été

Conseils, rituels et astuces santé

Sophie Benabi

128 p. - 9,90 €

ISBN : 978-2-88953-319-0

Retrouvez votre équilibre et votre énergie au fil des saisons grâce à l'Ayurveda !



Transformez votre stress en vitalité

La voie du Tao

Mantak Chia

144 p. - 7,95 €

ISBN : 978-2-88953-692-4

Découvrez les secrets du Tao, une sagesse ancestrale anti-stress.



Et aussi...

5, 4, 3, 2, 1 j'arrête
de fumer !

Marc Klinkhamer

192 p. - 7,70 €
ISBN : 978-2-88353-687-6

10 respirations
thérapeutiques au service
de votre santé

Jean-Marie Defossez

144 p. - 14,90 €
ISBN : 978-2-88911-770-3

21 jours pour réguler
son stress et son sommeil

Céline Braun Debourges

144 p. - 14,90 €
ISBN : 978-2-88953-306-0

60 recettes réconfortantes
de votre naturopathe

Naïma @Miam_oh_miam

176 p. - 15,90 €
ISBN : 978-2-88953-532-3

Acroyoga : postures
et principes de base

Julien Levy

272 p. - 19,00 €
ISBN : 978-2-88911-891-5

Aimer vieillir : la révolution
de la médecine anti-âge

D^r Gérard Bersand

288 p. - 19,90 €
ISBN : 978-2-88953-390-9

Antidépresseurs,
anxiolytiques, somnifères...

D^r Éric Charles

144 p. - 17,00 €
ISBN : 978-2-88953-253-7

Arthroses, arthrites
et rhumatismes

Christian Brun

176 p. - 16,50 €
ISBN : 978-2-88911-634-8

Automassages du soir

Océane Chavanel

128 p. - 8,90 €
ISBN : 978-2-88953-653-5

Ayurvédas : mes rituels
beauté

Sophie Benabi

352 p. - 24,90 €
ISBN : 978-2-88953-616-0

Ayurvédas : mon programme
automne-hiver

Sophie Benabi

128 p. - 9,90 €
ISBN : 978-2-88953-392-3

Construire sa santé

D^r Michel Golay

224 p. - 19,00 €
ISBN : 978-2-88953-019-9

De la cueillette à l'assiette

Catherine Charmetant

et Philippe Rivault
192 p. - 21,90 €
ISBN : 978-2-88353-601-2

En finir avec
la sous-respiration

Jean-Marie Defossez

192 p. - 16,50 €
ISBN : 978-2-88911-863-2

Encyclopédie des points
qui guérissent

D^r Roger Dalet

320 p. - 22,40 €
ISBN : 978-2-88911-812-0

Équilibre et méditation
par les plantes

Claire Tiberghien

160 p. - 22,00 €
ISBN : 978-2-88911-691-1

Grimoire moderne :
50 recettes naturelles

Valérie Catala

224 p. - 22,90 €
ISBN : 978-2-88953-362-6

Grossesse et huiles
essentielles

Céline Touati

128 p. - 8,90 €
ISBN : 978-2-88953-068-7

Guide pratique de yoga
des yeux

Michel Lyonnet du Moutier

272 p. - 24,95 €
ISBN : 978-2-88953-258-2

Healthy routines du matin

Marie Gabrielle Domizi

et Eva Bertrand

128 p. - 8,90 €
ISBN : 978-2-88953-292-6

J'aime mes hormones

Sarah-Maria Leblanc

128 p. - 9,90 €
ISBN : 978-2-88953-609-2

J'évacue les perturbateurs
endocriniens, c'est parti !

Isabelle Doumenc

128 p. - 7,90 €
ISBN : 978-2-88953-101-1

Je fais mes aliments lacto-
fermentés, c'est parti !

Yuko Ozawa et Stéphanie

Rowley-Perpète

128 p. - 7,90 €
ISBN : 978-2-88953-481-4

Je pratique le yoga tout
au long de l'année

Jacques Choque

160 p. - 17,90 €
ISBN : 978-2-88953-378-7

L'Errance médicale
chez les femmes

Charline Girardel

320 p. - 18,90 €
ISBN : 978-2-88953-668-9

La Candidose chronique

D^r Philippe-Gaston Besson

176 p. - 18,50 €
ISBN : 978-2-88911-804-5

La Pilule contraceptive,
c'est fini !

Eugénie Tabi

128 p. - 8,90 €
ISBN : 978-2-88953-623-8

La Santé par l'eau froide

Philippe Stéfani

et Myriam Willemse
208 p. - 18,90 €
ISBN : 978-2-88953-273-5

La Voie du toucher :
une vision holistique
du massage

Renato Pappalardo
avec la collaboration
de Sandy Hinzelin

224 p. - 18,95 €
ISBN : 978-2-88953-669-6

Le Bonheur du jeûne

Raimund Wilhelmi

176 p. - 17,90 €
ISBN : 978-2-88953-555-2

Le Guide de médecine
intégrative par les plantes

Pascale Gélis Imbert

368 p. - 24,95 €
ISBN : 978-2-88953-930-7

Le Livre (très sérieux)
du cannabis

Caroline Balma-Chaminadour

et D^r Nathalie Patte Karsenti
176 p. - 14,90 €
ISBN : 978-2-88953-333-6

Le Livre (très sérieux)
du clitoris

Caroline Balma-Chaminadour

176 p. - 12,90 €

ISBN : 978-2-88953-206-3

Le Livre noir du coton-tige

D^r Olivier Morineau

144 p. - 12,95 €

ISBN : 978-2-88953-777-8

Le Livre très sérieux du caca

Caroline Balma-Chaminadour

192 p. - 17,95 €

ISBN : 978-2-88953-844-7

Le Ventre : l'autre centre
de nos émotions

Eric Loison

192 p. - 19,00 €

ISBN : 978-2-88911-576-1

Les Algues de A à Z

Carole Dougoud Chavannes

224 p. - 22,50 €

ISBN : 978-2-88911-284-5

Les Causes cachées
des maladies

Daniel Kieffer

352 p. - 24,95 €

ISBN : 978-2-88953-590-3

Les Défis de l'homme
de 50 ans et plus

Philippe Morgado

208 p. - 18,90 €

ISBN : 978-2-88953-108-0

Les Infections Sexuellement
Transmissibles comme

on ne vous en a jamais parlé

Anaïs Gomez

et Ramon Basagana

288 p. - 17,90 €

ISBN : 978-2-88953-576-7

Les Troubles digestifs,
c'est fini !

D^r Rémy Romney

et Linda Gobindoss

128 p. - 8,90 €

ISBN : 978-2-88953-698-6

Ma bulle bien-être du soir

Julien Levy, Lugdivine Meytre,

Océane Chavanel, Christine

Klein, Claudine Jassey

208 p. - 19,95 €

ISBN : 978-2-88953-772-3

Méditation et pleine
conscience : 7 étapes
pour pratiquer

Christian Miquel

+ CD

208 p. - 17,90 €

ISBN : 978-2-88953-154-7

Méditer avec les huiles
essentielles

Mélanie Colleaux

128 p. - 9,90 €

ISBN : 978-2-88953-155-4

Ménopause :
une transition réussie

Isabelle Doumenc

128 p. - 9,95 €

ISBN : 978-2-88953-947-5

Mes 20 huiles essentielles
indispensables

D^r Pascale Gélis-Imbert

128 p. - 8,90 €

ISBN : 978-2-88953-156-1

Méthode Pilates
pour enfants

Angelika Constam,

Jacqueline Mirsadeghi

et Sylviane Maire

160 p. - 14,90 €

ISBN : 978-2-88911-900-4

Mon alimentation santé
facile : Pauvre en FODMAPs

Julie Delorme

128 p. - 6,50 €

ISBN : 978-2-88953-556-9

Mon bien-être émotionnel
avec les fleurs de Bach

Sabrina Romeo-Dussart

240 p. - 19,95 €

ISBN : 978-2-88953-811-9

Mon enfant et les huiles
essentielles

Mélanie Colleaux

128 p. - 8,90 €

ISBN : 978-2-88953-246-9

Mon massage relaxant
des pieds

Barbara de Luze

128 p. - 9,90 €

ISBN : 978-2-88953-317-6

Oser courir sa vie

Delphine Buisson

144 p. - 8,70 €

ISBN : 978-2-88953-100-4

Périménopause

Katarina Wilk

Format poche

192 p. - 7,95 €

ISBN : 978-2-88953-960-4

Pilates du matin

Lugdivine Meytre

128 p. - 8,90 €

ISBN : 978-2-88953-527-9

Pilates du soir

Lugdivine Meytre

128 p. - 8,90 €

ISBN : 978-2-88953-528-6

Prendre soin de ses fascias

Nora Reim

112 p. - 14,90 €

ISBN : 978-2-88953-255-1

Prendre soin de son corps
pendant un cancer

Marie-Laure Allouis

128 p. - 17,00 €

ISBN : 978-2-88953-138-7

Réduire les ondes
électromagnétiques,
c'est parti !

Carl de Miranda

128 p. - 6,90 €

ISBN : 978-2-88911-702-4

Réflexe gainage et périnée
du matin

Julien Levy

128 p. - 8,90 €

ISBN : 978-2-88953-375-6

Réflexe gainage et périnée
du soir

Julien Levy

128 p. - 8,90 €

ISBN : 978-2-88953-376-3

Remèdes naturels de
mon médecin de famille

Luc Bodin

128 p. - 6,90 €

ISBN : 978-2-88911-673-7

Respiration et Pranayama

Jacques Choque

232 p. - 27,00 €

ISBN : 978-2-88953-176-9

Restaure ton corps

Julien Levy

192 p. - 17,95 €

ISBN : 978-2-88953-879-9

S'initier à la médecine
japonaise

Nicolas Chauvat

240 p. - 17,95 €

ISBN : 978-2-88953-870-6

Se baigner dans l'eau froide, c'est parti !

Myriam Willemse
et Philippe Stéfanini

128 p. - 8,90 €
ISBN : 978-2-88953-651-1

Se protéger des addictions aux écrans, c'est parti !

Alexis de Maud'huy

128 p. - 6,90 €
ISBN : 978-2-88953-088-5

Se reconnecter aux saisons

Sabrina Romeo-Dussart

248 p. - 22,90 €
ISBN : 978-2-88953-437-1

Se soigner par les ventouses

Laurent Chenot

128 p. - 17,00 €
ISBN : 978-2-88953-229-2

Secrets de beauté naturelle

Sabrina Romeo-Dussart

320 p. - 21,95 €
ISBN : 978-2-88953-945-1

Soignez par l'énergie

Vincent Cueff

128 p. - 14,90 €
ISBN : 978-2-88953-439-5

Sophro du matin

Christine Klein
et Claudine Jassey

128 p. - 8,90 €
ISBN : 978-2-88953-336-7

Sophro du soir

Christine Klein
et Claudine Jassey

128 p. - 8,90 €
ISBN : 978-2-88953-337-4

Spécial détox

Christopher Vasey

128 p. - 6,90 €
ISBN : 978-2-88911-735-2

Sportif au naturel :
de la performance
à la récupération

Virginie Peytavi

240 p. - 17,90 €
ISBN : 978-2-88953-459-3

Stimuler sa fertilité,
c'est parti !

Isabelle Doumenc

128 p. - 7,90 €
ISBN : 978-2-88953-222-3

Sucre et santé

Christopher Vasey

176 p. - 16,50 €
ISBN : 978-2-88911-825-0

Supprimez rapidement
vos douleurs par la technique
des points trigger

Vincent Cueff

176 p. - 17,95 €
ISBN : 978-2-88953-869-0

Tout savoir sur la respiration

Daniel Kieffer

768 p. - 59,95 €
ISBN : 978-2-88953-070-0

Votre santé par le Nordic
Walking

Beatrix Pfister

240 p. - 15,20 €
ISBN : 978-2-88353-818-4

Votre santé se cache
au cœur de vos cellules

D^r Claude Lagarde

256 p. - 18,90 €
ISBN : 978-2-88911-739-0

Yin Yoga : mon yoga douceur

Jane Bertrel

et Laurent Bertrel

176 p. - 19,90 €
ISBN : 978-2-88953-382-4

Yoga à la carte

Julien Levy

Coffret de 60 cartes et un livret
de 64 p. - 24,90 €
ISBN : 978-2-88953-538-5

Yoga du matin

Julien Levy

128 p. - 8,90 €
ISBN : 978-2-88953-184-4

Yoga du soir

Julien Levy

128 p. - 8,90 €
ISBN : 978-2-88953-185-1

Yoga kundalini du matin

Marine Francisco

128 p. - 8,90 €
ISBN : 978-2-88953-654-2

Yoga Vinyasa :
une méditation
en mouvement

Julien Levy

232 p. - 22,00 €
ISBN : 978-2-88953-065-6

Yoni steam : un rituel
féminin ancestral

Aurore Lhotte

208 p. - 16,90 €
ISBN : 978-2-88953-579-8



NATURE, JARDIN, ÉCOLOGIE

Jardinage bio et naturel,
biodiversité, questions
environnementales, mises
en pratique écologiques...
Autant de **sujets**
 incontournables présentés ici
par **des spécialistes** en la matière.
Une belle façon d'étancher
votre soif de nature, de rendre
votre quotidien plus vert et
d'allier l'utile à l'agréable !

Nouveauté



La Fabuleuse Histoire
des plantes poisons
Botanique, science, histoire
et anecdotes macabres :
les 23 plantes les plus
dangereuses au monde
Rebecca E. Hirsch,
illustrations d'Eugenia
Nobati
208 p. - 19,95 €
ISBN : 978-2-88953-984-0

« Un guide passionnant et particulièrement esthétique destiné aux mordus de science, aux adeptes de faits divers criminels, ainsi qu'aux herboristes. »
Kirkus Reviews

Meilleures ventes



45 plantes sauvages
à récolter et déguster
Le bonheur de faire ses
courses en pleine nature
Christelle Bonnal
144 p. - 9,90 €
ISBN : 978-2-88953-301-5

Une initiation rigoureuse et
passionnante au monde des
plantes sauvages comestibles.

Best
seller



Oser la ferme florale
Planter, cueillir, vendre
des fleurs locales et de saison
Hélène Taquet
et Céline Petitdidier
176 p. - 18,95 €
ISBN : 978-2-88953-618-4
La méthode Slow flower à la
française.

Best
seller



Mon jardin de fleurs
de saison
Des bouquets pour la maison
toute l'année
Hélène Taquet
et Céline Petitdidier
128 p. - 9,95 €
ISBN : 978-2-88953-747-1

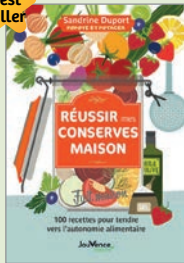
Des fleurs de saison directe-
ment de votre jardin aux
vases de votre maison.



Prendre soin de ses
poules avec Papy Nounn
Le guide complet
du poulailler écolo
Pascal Clausen et
Christine Virbel Alonso
176 p. - 18,90 €
ISBN : 978-2-88953-617-7
Le guide indispensable pour
réussir son tout premier éle-
vage de poules !

Meilleures ventes

Best
seller



Réussir mes conserves maison

100 recettes pour tendre
vers l'autonomie alimentaire

Sandrine Duport

224 p. - 19,95 €

ISBN : 978-2-88953-733-4

Retrouvez toute l'année les saveurs
authentiques de vos légumes du jar-
din.



Mes nuits sauvages

Sylvie Pérenne

Format poche

312 p. - 9,95 €

ISBN : 978-2-88953-907-9

« Un livre passionnant qui parle de
liberté, de nature, de minimalisme,
d'amitié et d'amour » Les DNA.

Et aussi...

3, 2, 1... climatarien-ne

Mélanie Sancier-Gay

160 p. - 14,95 €

ISBN : 978-2-88953-763-1

40 plantes aromatiques faciles à cultiver

François Couplan

144 p. - 8,90 €

ISBN : 978-2-88953-189-9

À l'écoute des plantes

Jean-Pierre Deshaies

192 p. - 16,90 €

ISBN : 978-2-88953-243-8

Accueillir les insectes dans mon jardin

Danièle Boone

128 p. - 8,90 €

ISBN : 978-2-88953-195-0

Aventures animales

Géraldine Audrieu

192 p. - 16,95 €

ISBN : 978-2-88953-860-7

Chic, des « mauvaises » herbes dans mon jardin !

Christine Virbel Alonso

128 p. - 9,90 €

ISBN : 978-2-88953-457-9

De la graine aux semences

**Christian Anglada
avec la collaboration
de Denise Gautier**

128 p. - 8,90 €

ISBN : 978-2-88953-277-3

Des orchidées sauvages dans mon jardin

Morgane Peyrot

128 p. - 9,90 €

ISBN : 978-2-88953-302-2

Des plantes médicinales dans mon jardin

**D^r Claire Laurant-Berthoud
et Marie d'Hennezel**

128 p. - 8,90 €

ISBN : 978-2-88953-191-2

Génération écoconnectée

Virginie Hilssone-Lévy

160 p. - 14,95 €

ISBN : 978-2-88953-881-2

Hiver green

Cindy @bee.greener

192 p. - 16,95 €

ISBN : 978-2-88953-804-1

Imagine demain

**Julien Vidal, illustré
par Quentin Caillat**

36 cartes détachables

et 1 dépliant illustré

144 p. - 19,95 €

ISBN : 978-2-88953-762-4

Influenceur-se engagé-e

**Camille Lemay
et Charlotte Lemay**

192 p. - 17,95 €

ISBN : 978-2-88953-866-9

Jardiner avec ma tribu

Sylvie Hennebicq

192 p. - 18,90 €

ISBN : 978-2-88953-448-7

Je cuisine les légumes de mon potager

Sandrine Duport

192 p. - 19,95 €

ISBN : 978-2-88953-771-6

La Nature férale ou le retour du sauvage

**Annik Schnitzler
et Jean-Claude Génot**

176 p. - 21,90 €

ISBN : 978-2-88953-274-2

La Permaculture en appartement

Christine Virbel Alonso

128 p. - 8,90 €

ISBN : 978-2-88953-161-5

Le Guide des petits aventuriers de la forêt

**Jane Worroll
et Peter Houghton**

176 p. - 18,90 €

ISBN : 978-2-88953-606-1

NATURE, JARDIN, ÉCOLOGIE

Le Guide pratique
du cueilleur de champignons

D^r Roger Poirier

128 p. - 9,90 €

ISBN : 978-2-88953-456-2

Le Jardin à la conquête
des balcons

Edouard Jeanloz

248 p. - 18,90 €

ISBN : 978-2-88953-132-5

Les Bienfaits des vers
de terre au jardin

Bernard Baranger
et Noëlle Allamand

128 p. - 8,90 €

ISBN : 978-2-88953-276-6

Les Bonnes plantes
pour ma haie sauvage

François Couplan

128 p. - 8,90 €

ISBN : 978-2-88953-141-7

Les Transitions écologiques

Collectif sous la direction
d'Alexander Federau

128,00 p. - 6,90 €

ISBN : 978-2-88911-987-5

Mes micro-organismes
efficaces (EM)

Emmanuelle Bigot

128 p. - 8,90 €

ISBN : 978-2-88953-135-6

Mes notes de jardinage et
d'autonomie alimentaire

Sandrine Duport

144 p. - 14,90 €

ISBN : 978-2-88953-541-5

Meuf green

Deborah Lopes

160 p. - 14,95 €

ISBN : 978-2-88953-764-8

Mon jardin au service
d'une biodiversité équilibrée

Daniel Lys

192 p. - 16,90 €

ISBN : 978-2-88953-142-4

Mon jardin mandala
en permaculture

Annie et Marc Grollimund

192 p. - 19,95 €

ISBN : 978-2-88953-719-8

Mon potager de fleurs
comestibles

Valentin Moricet

192 p. - 19,95 €

ISBN : 978-2-88953-716-7

Mon potager en
permaculture, c'est parti !

Cindy Chapelle

128 p. - 6,90 €

ISBN : 978-2-88911-976-9

Nature mystique

Philippe Roch

160 p. - 14,95 €

ISBN : 978-2-88953-818-8

Nourrir sa famille grâce
à son potager

Sandrine Duport

192 p. - 18,90 €

ISBN : 978-2-88953-450-0

Planter des haies refuges
pour les pollinisateurs

Association Pollinis

176 p. - 18,90 €

ISBN : 978-2-88953-583-5

Prendre soin de ses plantes
d'intérieur

Daniel Lys

192 p. - 16,90 €

ISBN : 978-2-88953-242-1

Tiny House

Kevin Rechsteiner

224 p. - 22,95 €

ISBN : 978-2-88953-793-8

Transformer sa vision
du monde grâce
à la permaculture

Jessie et Andrew Darlington

192 p. - 18,90 €

ISBN : 978-2-88953-275-9

Une prairie fleurie
dans mon jardin

François Couplan

144 p. - 8,90 €

ISBN : 978-2-88953-158-5

Vivre la nature
avec les enfants

Joseph Bharat Cornell

192 p. - 16,95 €

ISBN : 978-2-88953-721-1

Zéro déchet, zéro pression

Céline Portal

192 p. - 16,90 €

ISBN : 978-2-88953-553-8



Un enfant a besoin d'être encouragé, d'avoir confiance en lui pour évoluer sereinement. Et pour cela, il est important que les jeunes parents aient aussi confiance en eux. Ces livres visent à donner des repères à chaque membre de la famille afin de l'aider à traverser les épreuves de la vie et à trouver sa place dans la tribu.

Nouveautés



Le Célicouple
Quand l'amour a deux adresses
Amandine Paoli
Préface d'Emmanuelle Drouet
176 p. - 14,95 €
ISBN : 978-2-88984-003-8

Découvrez un mode de vie amoureux moderne et respectueux des besoins de chacun.



Les hommes ne quittent jamais leur femme
Maman, la Pute et le Truand : voyage au pays de l'infidélité
Anne Catherine Segonds
176 p. - 16,95 €
ISBN : 978-2-88953-968-0

Quel avenir pour le couple, l'amour et le désir ?



L'Amour au temps du swipe
Apprenez à séduire sans vous travestir
Auriana Bouchon
Préfaces de Delphine Wespiser et d'Émilie (Mariés au premier regard)
256 p. - 16,95 €
ISBN : 978-2-88953-987-1

Le guide indispensable pour envoyer balader les injonctions et séduire tout en restant soi-même



Renâitre pour faire naître
Voyage intérieur d'une mère au pays de l'infertilité
La Renarde bouclée
208 p. - 18,95 €
ISBN : 978-2-88984-026-7

Un roman graphique lumineux qui évoque avec justesse le combat de nombreux couples.

Nouveautés



« Tu vas regretter de ne pas avoir d'enfant »
Le guide pour clarifier son désir (ou non) de devenir mère, sans pression
Laurie Lejeune et Emmy Druenne
192 p. - 17,95 €
ISBN : 978-2-88984-063-2

Stop à la culpabilisation : tu as le droit de douter de ton désir d'être mère.



La Joie des amants
Cheminez en couple vers une sexualité créative et heureuse
Marie Bareaud
240 p. - 16,95 €
ISBN : 978-2-88984-025-0

Et si la sexualité n'était pas seulement une affaire de plaisir, mais une véritable source de joie ?



Daronne et lesbienne
Guide pratique de la maternité LGBT+
Mélanie Gire
192 p. - 16,95 €
ISBN : 978-2-88984-034-2

Un guide complet de la maternité LGBT+, écrit par une maman lesbienne pour toutes les autres.



L'Art du couple
Le secret de l'amour qui dure par les pionniers de la thérapie Imago en francophonie
Carlo Trippi et Carla Nessi Trippi
Préface de Christiane Singer
336 p. - 9,95 €
ISBN : 978-2-88984-007-6

Vivez l'aventure du couple autrement !

Meilleures ventes



Pleurs et colères des enfants et des bébés
Comprendre et répondre aux émotions de son enfant
Aletha Solter
Préface du D^r Thomas Gordon
192 p. - 17,95 €
ISBN : 978-2-88953-738-9

Écoutez ce qu'exprime votre enfant par ses pleurs !

Best seller



Préparer la plus belle des cérémonies laïques
Pour votre mariage, renouvellement de vœux, PACS
Fabiola Plazanet
272 p. - 19,95 €
ISBN : 978-2-88953-636-8

Un guide pas à pas pour une cérémonie personnalisée, remplie d'émotions... et de paillettes.

Et aussi...

10 stratégies pour faire parler son homme

Yvon Dallaire

160 p. - 7,70 €
ISBN : 978-2-88911-584-6

30 activités théâtrales pour l'épanouissement des enfants

Marie Poulhalec

216 p. - 14,90 €
ISBN : 978-2-88953-067-0

50 astuces pour que mon enfant mange des fruits et des légumes

Nicole Béguin

176 p. - 8,90 €
ISBN : 978-2-88911-983-7

52 pauses créatives et ludiques pour les enfants

Marie Poulhalec

176 p. - 16,90 €
ISBN : 978-2-88953-168-4

60 activités pour mes petits rois de la récup'

Elisabete et Sandra Ribeiro Tavares

192 p. - 10,90 €
ISBN : 978-2-88953-095-3

À l'écoute de mon Bébé

Aletha Solter

384 p. - 22 €
ISBN : 978-2-88953-134-9

Accompagner l'adolescence

Catherine Dumonteil-Kremer

304 p. - 24,90 €
ISBN : 978-2-88953-592-7

Accompagner la scolarité

Mélina Assié et Anne Binétruy

272 p. - 17,90 €
ISBN : 978-2-88953-462-3

Accompagner son enfant zèbre : à haut potentiel, hypersensible ou Asperger

Jasmine Gage

272 p. - 19,95 €
ISBN : 978-2-88911-890-8

Acroyoga avec mon enfant

Julien Levy

216 p. - 16,90 €
ISBN : 978-2-88911-985-1

Allaiter plus longtemps

Claude-Suzanne Didierjean-Jouveau

144 p. - 14,90 €
ISBN : 978-2-88911-893-9

Alzheimer, gardez le contact !

Sylviane Morandi

192 p. - 18,50 €
ISBN : 978-2-88911-780-2

Bien comprendre les besoins de votre enfant

Aletha Solter

224 p. - 16,50 €
ISBN : 978-2-88911-612-6

Célébrer la grossesse et la naissance

Julie Amanda et Barbara Casto

224 p. - 19,95 €
ISBN : 978-2-88953-769-3

Communiquer par signes avec Bébé

Nathanaëlle Bouhier-Charles

144 p. - 8,90 €
ISBN : 978-2-88953-129-5

Développer le lien parent-enfant par le jeu

Aletha Solter

256 p. - 19 €
ISBN : 978-2-88911-689-8

Éduquer les enfants avec la psychologie positive

Julie Bazinet

128 p. - 7,70 €
ISBN : 978-2-88911-624-9

Être mère sans s'oublier : l'oracle

Soline Bourdeverre-Veyssiere

Coffret de 40 cartes et un livret de 64 p. - 24,90 €
ISBN : 978-2-88953-537-8

Éveiller nos enfants à leur spiritualité

Dominique Hubert

176 p. - 16,90 €
ISBN : 978-2-88953-219-3

Grandir en conscience par la thérapie Imago

Carlo Trippi

224 p. - 17,90 €
ISBN : 978-2-88953-190-5

Guide pratique de la séparation

Sophie Renouf

240 p. - 17,95 €
ISBN : 978-2-88953-821-8

Happy mamie

Françoise Dorn

176 p. - 16,90 €
ISBN : 978-2-88953-143-1

Infertilité : mon guide vers l'espoir

Déborah Schouhmann-Antonio

192 p. - 14,90 €
ISBN : 978-2-88953-063-2

J'accompagne les émotions de mon enfant

Soline Bourdeverre-Veyssiere

216 p. - 16,90 €
ISBN : 978-2-88953-140-0

J'ai confiance en toi

Soline Bourdeverre-Veyssiere

Grand format
200 p. - 14,90 €
ISBN : 978-2-88911-988-2

J'initie mon enfant au yoga

Catherine Blondiau

224 p. - 16,90 €
ISBN : 978-2-88953-221-6

Je deviens papa, c'est parti !

Carl de Miranda

128 p. - 6,90 €
ISBN : 978-2-88911-796-3

COUPLE, FAMILLE, ENFANTS

La (Bonne) Santé des enfants
non vaccinés

D^r Françoise Berthoud

176 p. - 8,90 €

ISBN : 978-2-88953-648-1

La Famille s'agrandit

Catherine Dumonteil-Kremer

144 p. - 14,90 €

ISBN : 978-2-88953-144-8

La Naissance autrement

Sophie Gamelin-Lavois

160 p. - 7,70 €

ISBN : 978-2-88911-482-5

La Sécurité affective de l'enfant

Marie-Dominique Amy

184 p. - 8,90 €

ISBN : 978-2-88953-077-9

Les 10 qualités cachées de
nos enfants les plus sensibles

David Alzieu

128 p. - 16,90 €

ISBN : 978-2-88953-304-6

Les Premières Lunes de ma fille

Mélanie Mélot

160 p. - 14,95 €

ISBN : 978-2-88953-722-8

Les Secrets du post-partum

Sophie Baconin

288 p. - 16,90 €

ISBN : 978-2-88953-524-8

Merveilleuse naissance

Suzanne Yates

208 p. - 18 €

ISBN : 978-2-88911-718-5

Mes petites luxures à colorier

Simon Frankart

112 p. - 12,95 €

ISBN : 978-2-88953-963-5

Mission couple

Pascal Spiler

208 p. - 17,95 €

ISBN : 978-2-88953-932-1

Moins d'écrans pour les enfants,
c'est parti !

Carl de Miranda

128 p. - 7,90 €

ISBN : 978-2-88953-192-9

Mon baby planner

Alexandra Martin

176 p. - 16,95 €

ISBN : 978-2-88953-965-9

Mon enfant médite en pleine
conscience

Ilios Kotsou et Candice Marro

160 p. - 14,90 €

ISBN : 978-2-88911-965-3

Mon enfant, j'ai confiance en toi

Soline Bourdeverre-Veyssiere

Format poche

240 p. - 8,90 €

ISBN : 978-2-88953-338-1

Mon guide naturo spécial enfants

Nina Bossard

320 p. - 22,90 €

ISBN : 978-2-88953-296-4

Mon projet bébé

Amélie Clergue Vaurès

320 p. - 22,90 €

ISBN : 978-2-88953-563-7

Ni punir, ni laisser faire

Philippe Beck

192 p. - 14,90 €

ISBN : 978-2-88911-903-5

Petit guide de l'allaitement
pour la mère qui travaille

Claude-Suzanne Didierjean-Jouveau

160 p. - 7,70 €

ISBN : 978-2-88911-663-8

Sensibiliser les enfants
aux questions écologiques

Soline Bourdeverre-Veyssiere

192 p. - 16,90 €

ISBN : 978-2-88953-315-2

Technique et pratique du portage

Ingrid van den Peereboom

192 p. - 14,70 €

ISBN : 978-2-88911-795-6

Transmettre les clés du bonheur

Christophe Loupy

224 p. - 16,90 €

ISBN : 978-2-88953-451-7

Vaccinations : le droit de choisir

D^r François Choffat

224 p. - 16,50 €

ISBN : 978-2-88911-831-1

Viens, on s'émerveille !

Delphine Lauprêtre

304 p. - 24,95 €

ISBN : 978-2-88953-757-0

Vivre la pleine conscience
en famille

Sophie Raynal

160 p. - 16,90 €

ISBN : 978-2-88953-217-9

Vivre pleinement sa vie d'adulte
malgré un abus dans l'enfance

D^r Fernande Amblard

112 p. - 14,95 €

ISBN : 978-2-88953-734-1

Vous êtes déjà le parent idéal

Maëlys le Levreur

176 p. - 16,90 €

ISBN : 978-2-88953-667-2

Zen avec mon ado

Aude Jaubert

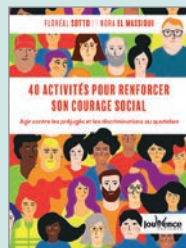
160 p. - 14,90 €

ISBN : 978-2-88953-202-5

Sont présentés ici des essais sur le bien-être abordé via l'angle des **questions de société** ou reliés à des sujets d'actualité, à des thématiques qui font débat... Des livres portés par des autrices et auteurs investis, visant des lectrices et lecteurs actifs, engagés et dynamiques qui s'interrogent sur le **monde à venir** !



Meilleures ventes



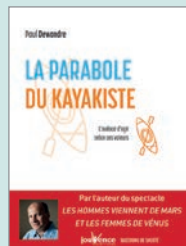
40 activités pour renforcer son courage social

Agir contre les préjugés et les discriminations au quotidien

Floréal Sotto
et Nora El Massioui

144 p. - 12,90 €
ISBN : 978-2-88953-278-0

Musclez votre courage social et apprenez à (ré)agir face aux discriminations !



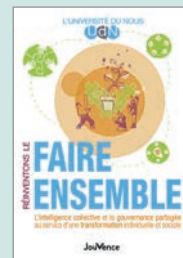
La Parabole du kayakiste

L'audace d'agir selon ses valeurs

Paul Dewandre

160 p. - 16,90 €
ISBN : 978-2-88953-282-7

Face à une société incertaine, revoyez vos priorités et retrouvez la joie de payer dans les eaux vives de la vie.



Réinventons le faire ensemble

L'intelligence collective et la gouvernance partagée au service d'une transformation individuelle et sociale

L'Université du Nous

272 p. - 22,95 €
ISBN : 978-2-88953-863-8

Embarquez pour un voyage inoubliable et découvrez la puissance du faire ensemble.

Et aussi...

Agir pour un monde durable

Pascale Fressoz avec la collaboration de Corentin Biteau et Jean-Claude Koya

240 p. - 17,90 €
ISBN : 978-2-88953-644-3

Devenez pionnier du nouveau monde

Laurent Muratet

240 p. - 18,90 €
ISBN : 978-2-88953-549-1

Itinéraire d'un possibiliste

Michel Masquelier

176 p. - 14,90 €
ISBN : 978-2-88953-671-9

L'Humanité à la croisée
des chemins

René Longet

176 p. - 17,90 €

ISBN : 978-2-88953-453-1

L'Avènement d'Homo
Cooperatus

Xavier Cornette de Saint Cyr
et Louis Cornette
de Saint Cyr

272 p. - 18,90 €

ISBN : 978-2-88953-502-6

Le Bonheur National Brut

Ha Vinh Tho

320 p. - 19,95 €

ISBN : 978-2-88953-695-5

Le Couple ouvert : regard
sur un phénomène
émergent

Carolle et Serge Vidal-Graf

112 p. - 15,90 €

ISBN : 978-2-88953-279-7

Le Libre-échange remis
en cause

Willy Cretegy

112 p. - 12,90 €

ISBN : 978-2-88953-488-3

Les Proches aidants

Martine Golay Ramel

128 p. - 9,70 €

ISBN : 978-2-88353-918-1

Notre cœur sait
qu'un monde plus beau
est possible

Charles Eisenstein

464 p. - 24,90 €

ISBN : 978-2-88953-383-1

Plaidoyer pour une
dimension psychologique
et spirituelle de la retraite

Philippe Maire

168 p. - 16,90 €

ISBN : 978-2-88953-508-8

Réenchanger notre relation
au vivant

Michel Maxime Egger

256 p. - 17,95 €

ISBN : 978-2-88953-659-7

Se libérer du consumérisme

Michel Maxime Egger

160 p. - 16,90 €

ISBN : 978-2-88953-387-9

Secrets Toxiques

Andy Battentier

et Martin Rieussec-Fournier

192 p. - 17,95 €

ISBN : 978-2-88953-809-6

Un monde heureux est
(encore) possible

Carl de Miranda

176 p. - 17,90 €

ISBN : 978-2-88953-300-8

Un plan de survie
de l'humanité

René Longet

192 p. - 16,90 €

ISBN : 978-2-88953-415-9



Un quotidien plus fluide,
plus serein, plus *green*, en harmonie
avec vos valeurs et la nature
vous fait rêver ? C'est par ici
que vous trouverez les **meilleurs**
conseils pour apprendre à mieux
organiser votre emploi du temps,
à gérer judicieusement
votre budget, à chouchouter
vos animaux de compagnie
ou encore à réaliser vos propres
produits cosmétiques et ménagers.

Nouveautés

Best
seller



Mon quotidien SUPER
minimaliste

Ménage, maison
et extérieurs : encore +
d'astuces et de DIY

Ophélie Bel

128 p. - 9,95 €

ISBN : 978-2-88953-979-6

Encore plus de DIY natu-
rels pour un intérieur sain
et écologique.

Meilleures ventes

Best
seller



Mon quotidien
minimaliste

Astuces et DIY naturels
et économiques

Ophélie Bel

128 p. - 9,95 €

ISBN : 978-2-88953-848-5

Écologique, économique
et zéro charge mentale,
découvrez tous les avan-
tages du minimalisme !



Tricoter avec les poils
de mon chien
Mieux vaut un pull d'un chien
que tu aimes que d'un mouton
que tu n'as jamais rencontré

Kendall Crolius

192 p. - 17,95 €

ISBN : 978-2-88984-038-0

« Un classique qui a suscité
un véritable engouement. »
The New York Times



Réussir sa déco pour
être bien chez soi

Comment ton intérieur
influence ton bien-être

Stella Noulia

224 p. - 19,95 €

ISBN : 978-2-88984-065-6

Devenez un pro de la
déco et créez un intérieur
qui vous ressemble !



Ophélie Bel est céramiste
et engagée dans une
démarche de consommation
plus raisonnée depuis de
nombreuses années. Ayant
très tôt appris à vivre par
ses propres moyens, elle a
adopté le minimalisme et
le zéro déchet pour faire

des économies. Elle partage aujourd'hui
son art de vivre sur les réseaux à travers
son compte @minimal.quotidien. Elle est
l'auteure de *Mon quotidien minimaliste* et
de *Mon quotidien SUPER minimaliste* aux
Éditions Jouvence.

Meilleures ventes



Aménager son van de A à Z
Seul ou avec un artisan
Tifenn Butel et Kevin Laurent
@three_vanlifers

Camping-car, fourgon

416 p. - 24,95 €
ISBN : 978-2-88953-626-9

Aménagez votre van en évitant les erreurs grâce aux conseils des @three_vanlifers.

Best
seller



Voyager en van
Le guide indispensable pour partir seul ou en famille

Tifenn Butel et Kevin Laurent
@three_vanlifers

+ en camping car et en fourgon

304 p. - 18,90 €
ISBN : 978-2-88953-495-1

LA référence pour tout savoir sur la vie en van, fourgon ou camping-car.



Et aussi...

Agenda perpétuel écoféministe

Pauline Loritte

296 p. - 22,95 €
ISBN : 978-2-88953-696-2

Chatons abandonnés : comment en prendre soin ?

Christine Virbel Alonso

160 p. - 14,95 €
ISBN : 978-2-88953-759-4

Faire face au deuil animalier

Amandine Samson

176 p. - 16,95 €
ISBN : 978-2-88953-972-7

Faire ses cosmétiques naturels

Cyrille Saura Zellweger

128 p. - 9,95 €
ISBN : 978-2-88953-790-7

Faire ses savons naturels

Cyrille Saura Zellweger

128 p. - 9,90 €
ISBN : 978-2-88953-601-6

Gagnez 15 % de votre temps

Nicolas Dugay, Sihem
Djaafar, Ingrid Petitjean,
Erika King-Soon

160 p. - 14,95 €
ISBN : 978-2-88953-810-2

Guide pratique pour devenir la fée du cottage

Paola Merrill

224 p. - 19,95 €
ISBN : 978-2-88953-961-1

J'achète moins, je vis mieux, c'est parti !

Ombeline Hoor

128 p. - 6,90 €
ISBN : 978-2-88911-746-8

Le Bicarbonate de soude, c'est parti !

Alessandra Moro Buronzo

128 p. - 6,90 €
ISBN : 978-2-88911-896-0

Les Fins de mois difficiles, c'est fini !

Amélie L. de dmepp.com

128 p. - 7,90 €
ISBN : 978-2-88953-496-8

Les Incroyables Vertus du bicarbonate de soude

Alessandra Moro Buronzo

168 p. - 8,95 €
ISBN : 978-2-88953-911-6

Ma penderie éthique

Annabelle Boyer
(Mademoiselle Coccinelle)

128 p. - 9,90 €
ISBN : 978-2-88953-656-6

Mais oui, installe-toi à la campagne !

Auréli Delahaye

Format poche
240 p. - 8,95 €
ISBN : 978-2-88953-712-9

Mes huiles essentielles à la maison, c'est parti !

Catherine Bonnafoy
et Alessandra Moro Buronzo

128 p. - 6,90 €
ISBN : 978-2-88953-005-2

Mon ménage green

Alessandra Moro Buronzo

144 p. - 12,90 €
ISBN : 978-2-88953-321-3

Prendre soin de sa maison (même en plein KO)

KC Davis

176 p. - 16,90 €
ISBN : 978-2-88953-684-9

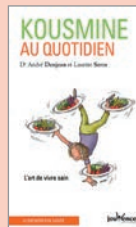
Vivre avec un chat en appartement

Irène et Anne Banas

176 p. - 16,95 €
ISBN : 978-2-88953-673-3

Meilleures ventes

Des sujets précis abordés par des experts de façon pragmatique et des prix doux... Mélangez le tout et vous obtiendrez un « Pratique Jouvence ». La collection compte à ce jour plus de 280 ouvrages et traite de tous les thèmes chers aux Éditions Jouvence : psychologie, développement personnel, alimentation, santé, vie de couple et de famille, vie pratique, animaux.



Kousmine au quotidien

L'art de vivre sain

**Dr André Denjean
et Lucette Serre**

96 p. - 4,95 € - P1
ISBN : 978-2-88953-079-3

Appliquez au quotidien les principes de santé de la doctoresse Kousmine.



Le vinaigre santé

Une fontaine de Jouvence

Marie-France Muller

96 p. - 4,95 € - P43
ISBN : 978-2-88911-852-6

Oui, le vinaigre a sa place dans la pharmacie familiale !

**Best
seller**



L'Ail et ses bienfaits

Un ami de votre corps

Dr Franck Senninger

120 p. - 5,95 € - P149
ISBN : 978-2-88953-958-1

« Vous devez consommer ce super aliment », Le Figaro.fr



Et si c'était le gluten ?

Tout savoir sur l'intolérance au gluten

Philippe Barraqué

96 p. - 4,95 € - P119
ISBN : 978-2-88911-950-9

Retrouvez une meilleure santé grâce au régime sans gluten.

Et aussi...

Cuisine végétarienne
rapide

Marie-France Muller

96 p. - 4,95 € - P19

ISBN : 978-2-88911-859-5

Kousmine au gré
des saisons

D^r André Denjean
et Lucette Serre

96 p. - 4,95 € - P26

ISBN : 978-2-88953-287-2

Lait de vache :
blancheur trompeuse

Anne Laroche de Rosa

96 p. - 4,95 € - P25

ISBN : 978-2-88353-144-4

Les 7 péchés capitaux
de notre alimentation

Marcel Dunand

96 p. - 4,95 € - P38

ISBN : 978-2-88353-166-6

Les Vertus du chocolat

D^r Franck Senninger

96 p. - 4,95 € - P143

ISBN : 978-2-88911-800-7

Maigrir durablement

Désiré Mérien

96 p. - 4,95 € - P10

ISBN : 978-2-88911-667-6

Manger bio, c'est pas
cher

France Guillaïn

120 p. - 5,95 € - P88

ISBN : 978-2-88953-572-9

Manger végane

Amélie Hallot-
Charmasson

96 p. - 4,95 € - P235

ISBN : 978-2-88911-959-2

Un régime bon
pour ma santé

Hélène Altherr-
Rischmann

120 p. - 5,95 € - P257

ISBN : 978-2-88953-399-2

Vitamine C

D^r Dominique Rueff

120 p. - 5,95 € - P54

ISBN : 978-2-88953-586-6

Vie pratique

Meilleures ventes

Best
seller



Médecines douces
pour animaux

Mieux les soigner et les aimer

Marie-France Muller

120 p. - 5,95 € - P37

ISBN : 978-2-88953-371-8

Soignez naturellement vos ani-
maux de compagnie !

Et aussi...

10 road trips en van
Tifenn Butel

et Kevin Laurent
@three_vanlifers

120 p. - 5,95 € - P277

ISBN : 978-2-88953-723-5

Nettoyez bien,
nettoyez écolo !

Alessandra Moro
Buronzo

96 p. - 4,95 € - P160

ISBN : 978-2-88353-806-1

Plantes d'intérieur
et de santé

Jean-Paul Pes

96 p. - 4,95 € - P147

ISBN : 978-2-88353-723-1

Remèdes maison

Marie-France Muller

96 p. - 4,95 € - P44

ISBN : 978-2-88911-818-2

Nature, jardin, écologie

Meilleures ventes



Réussir son potager
en pots

Cultiver en ville, sur son balcon
ou sa terrasse

Edouard Jeanloz

120 p. - 5,95 € - P271

ISBN : 978-2-88953-581-1

Cultiver de beaux légumes bio
en ville, c'est possible !

Et aussi...

10 pratiques écolo au jardin

Daniel Lys

120 p. - 5,95 € - P276

ISBN : 978-2-88953-724-2

Écolo à la maison

Céline Portal

120 p. - 5,95 € - P280

ISBN : 978-2-88953-781-5

Écolo au boulot

Cassandra Joly

120 p. - 5,95 € - P284

ISBN : 978-2-88953-794-5



Médecines douces

Meilleures ventes



Mes petits automassages bien-être
77 points et 40 automassages pour soulager les maux les plus courants

Luc Bodin

120 p. - 5,95 € - P266
ISBN : 978-2-88953-552-1

Touchez dans le mille vos petits bobos !



Ma médecine chinoise au quotidien
En bonne santé tout au long de l'année

Sabrina Romeo-Dussart

120 p. - 5,95 € - P279
ISBN : 978-2-88953-742-6

Découvrir les principes de la médecine traditionnelle chinoise au fil des saisons.

Renforcer l'immunité des enfants

Nina Bossard

120 p. - 5,95 € - P261
ISBN : 978-2-88953-442-5

Thym : se soigner avec les plantes

Claire Laurant

120 p. - 5,95 € - P267
ISBN : 978-2-88953-571-2

Verveine odorante : se soigner avec les plantes

Claire Laurant

120 p. - 5,95 € - P265
ISBN : 978-2-88953-325-1

Et aussi...

Huiles essentielles : ma pharmacie au quotidien
D^r Pascale Gélis-Imbert
120 p. - 5,95 € - P262
ISBN : 978-2-88953-426-5

Meneki : renforcez votre système immunitaire
Nicolas Chauvat
120 p. - 5,95 € - P256
ISBN : 978-2-88953-411-1

Médecines douces/naturopathie

Nouveauté



Mon drainage lymphatique
Circulation, détoxification, immunité
Christopher Vasey

120 p. - 5,95 € - P287
ISBN : 978-2-88984-057-1

La nouvelle technique santé et bien-être pour dégonfler, éliminer et se sentir léger.

Et aussi...

La Cure de raisin
Johanna Brandt
120 p. - 5,95 € - P47
ISBN : 978-2-88953-517-0

La Détoxification par paliers
Désiré Mérien
96 p. - 4,95 € - P4
ISBN : 978-2-88953-078-6

Prévenir et vaincre la grippe
Christopher Vasey
96 p. - 4,95 € - P17
ISBN : 978-2-88911-936-3

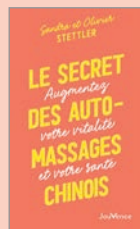
Meilleures ventes



Le Chlorure de magnésium
Un remède miracle méconnu
Marie-France Muller

120 p. - 5,95 € - P34
ISBN : 978-2-88953-854-6

Le best-seller qui vous fera adopter le chlorure de magnésium sans hésiter !



Le Secret des automassages chinois

Augmentez votre vitalité et votre santé

Sandra et Olivier Stettler

120 p. - 5,95 € - P83
ISBN : 978-2-88953-607-8

LE best-seller à ne pas manquer pour apprendre à pratiquer les automassages !

Nouveauté



Ma séance express sur chaise : yoga et gym douce à la maison et au bureau

Jacques Choque

120 p. - 5,95 € - P286
ISBN : 978-2-88984-056-4

Et si tout ce dont vous aviez besoin pour retrouver votre forme était une chaise ?

Meilleures ventes



L'Argile facile

Une thérapie naturelle millénaire

Marie-France Muller

120 p. - 5,95 € - P35
ISBN : 978-2-88953-602-3

Découvrez les étonnantes propriétés et vertus de l'argile !



La Marche rapide

... le chemin vers la santé et la minceur

Dr^e Martine Balandraux

120 p. - 5,95 € - P167
ISBN : 978-2-88953-977-2

Longe côte, tapis de marche ou déplacements citadins : la marche rapide deviendra votre meilleure alliée santé.



Les Compulsions alimentaires

Se libérer de la boulimie et de l'hyperphagie

Sylvie Batlle

120 p. - 5,95 € - P98
ISBN : 978-2-88953-361-9

Un livre pour mieux comprendre le besoin compulsif de manger et bénéficier de méthodes thérapeutiques pour s'en sortir !

Et aussi...

Amour, Frottis et Papillomavirus

Ramon Basagana et Anaïs Gomez

120 p. - 5,95 € - P282
ISBN : 978-2-88953-786-0

Confectionner

20 remèdes naturels

Christophe Bernard

120 p. - 5,95 € - P281
ISBN : 978-2-88953-741-9

Développer son mental pour se remettre au sport

Nicolas Dugay et Ingrid Petitjean

120 p. - 5,95 € - P272
ISBN : 978-2-88953-610-8

Émotions et fleurs de Bach

Sabrina Romeo-Dussart

120 p. - 5,95 € - P285
ISBN : 978-2-88953-957-4

L'art de la marche

Laurent Hutinet

96 p. - 4,95 € - P238
ISBN : 978-2-88953-038-0

La grippe ? Pas de panique !

D^r François Choffat

96 p. - 4,95 € - P157
ISBN : 978-2-88353-799-6

La Pause de 90 secondes

Rolf Herkert

96 p. - 4,95 € - P11
ISBN : 978-2-88911-658-4

Les Secrets d'un bon sommeil

Céline Braun Debourges

96 p. - 4,95 € - P251
ISBN : 978-2-88953-284-1

Massage détente

Catherine Maillard

96 p. - 4,95 € - P31
ISBN : 978-2-88353-143-7

Mastiquer, c'est la santé

France Guillain

120 p. - 5,95 € - P87
ISBN : 978-2-88953-665-8

Respire et déploie ta puissance

Amélie Clergue Vaurès

120 p. - 5,95 € - P278
ISBN : 978-2-88953-749-5

Respirez pour mieux vivre

Sandra et Olivier Stettler

120 p. - 5,95 € - P91
ISBN : 978-2-88953-709-9

Soulager son syndrome prémenstruel

Karine Ravier-Wrobel

120 p. - 5,95 € - P283
ISBN : 978-2-88953-779-2

Best seller



Fascias libérés, santé retrouvée

Respiration, massages, activité physique, alimentation...

Hélène Altherr-Rischmann

120 p. - 5,95 € - P260
ISBN : 978-2-88953-428-9

Les fascias : nouveaux acteurs de la routine santé.



Bien dormir, enfin !

Pour un sommeil naturel et réparateur

Marie-France Muller

120 p. - 5,95 € - P36
ISBN : 978-2-88953-918-5

Les meilleurs conseils pour dire adieu aux insomnies et bonjour aux bonnes nuits.

Développement personnel

Nouvelles éditions



Sortir du triangle dramatique
Ni Persécuteur, ni Victime,
ni Sauveteur
Bernard Raquin
120 p. - 5,95 € - P134
ISBN : 978-2-88984-017-5

Transformez votre manière d'interagir avec les autres et gagnez en liberté !



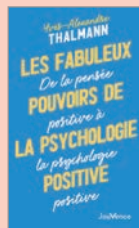
L'Ancre énergétique
Retrouvez la force en vous !
Mary Laure Teysseire
120 p. - 5,95 € - P193
ISBN : 978-2-88984-016-8

Faites de l'ancrage votre nouvel automatisme pour être libre et pleinement présent !



La Résilience
L'art de rebondir
Rosette Poletti
Préface de Pierre Pradervand
120 p. - 5,95 € - P62
ISBN : 978-2-88984-015-1

Faites de la résilience votre alliée pour transformer vos épreuves en forces.



Les Fabuleux Pouvoirs de la psychologie positive
De la pensée positive
à la psychologie positive
Yves-Alexandre Thalmann
120 p. - 5,95 € - P190
ISBN : 978-2-88953-992-5

Déjouez votre cerveau et pensez positif !



Émotions, mode d'emploi
Les utiliser de manière positive
Christel Petitcollin
120 p. - 5,95 € - P80
ISBN : 978-2-88953-345-9

Comment utiliser de façon positive vos émotions et en faire de puissantes alliées pour piloter votre vie ?

**Best
seller**



S'affirmer et oser dire non
Doutes, peurs, culpabilité :
sortir du cercle
Christel Petitcollin
120 p. - 5,95 € - P73
ISBN : 978-2-88953-491-3

Un petit livre pratique pour reprendre le contrôle de sa vie.

Meilleures ventes



L'Analyse transactionnelle au quotidien
Sortir des jeux psychologiques
Bernard Raquin
120 p. - 5,95 € - P94
ISBN : 978-2-88953-557-6

Programmez vos réactions et choisissez la direction qui vous convient grâce à l'Analyse Transactionnelle.



La PNL au quotidien
Découvrir ses comportements psychologiques
Christel Petitcollin
120 p. - 5,95 € - P93
ISBN : 978-2-88953-366-4

Et s'il existait un secret permettant d'améliorer votre qualité de vie et vos résultats ?



Christel Petitcollin est conseillère et formatrice en communication, psychothérapeute et conférencière. Elle intervient régulièrement dans les médias et son travail prend une ampleur internationale.

Meilleures ventes

Best
seller



Les 5 blessures de l'âme
Identifier ses blessures dominantes
pour les panser
**Isabelle Gauducheau
et Mary Laure Teyssedre**
120 p. - 5,95 € - P206
ISBN : 978-2-88953-360-2

Mesdames, messieurs les adultes,
pansez vos blessures d'enfant.

Best
seller



**Les Ressources insoupçonnées
de la colère**
L'approche de la Communication
NonViolente®
Marshall B. Rosenberg
120 p. - 5,95 € - P189
ISBN : 978-2-88953-904-8

Accueillez votre colère et
transmutez-la !

Best
seller



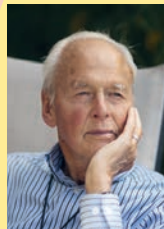
**La Communication
NonViolente au quotidien**
Marshall B. Rosenberg
120 p. - 5,95 € - P75
ISBN : 978-2-88953-705-1

Le best-seller de la Communica-
tion NonViolente.



Croire en soi
La clé d'une vie heureuse
Marie-France Muller
120 p. - 5,95 € - P14
ISBN : 978-2-88953-706-8

Regagnez l'estime de vous-même,
en réajustant l'image que vous
avez de vous-même.



© Stéphane Schlupp

Pierre Pradervand
(1937-2024) a été
sociologue, écrivain,
consultant et
formateur. Il a
également fondé
les ateliers Vivre
autrement. Engagé
pour la création d'un

monde plus juste, il a contribué, tout au long
de sa vie, à jeter les bases d'une société
ouverte au vrai bonheur d'exister dans le
respect de soi et des autres. Il est l'auteur
de nombreux livres parus aux Éditions
Jouvence dont, *Le bonheur, ça s'apprend*,
Plus jamais victime, et *Apprendre à s'aimer*.



Apprendre à s'aimer
Clé d'une vie épanouie
Pierre Pradervand
120 p. - 5,95 € - P128
ISBN : 978-2-88953-559-0

12 clés pour apprendre à s'aimer
en toute simplicité.

Best
seller



Le Grand Oui à la vie !
Comment se créer une existence
positive
Pierre Pradervand
120 p. - 5,95 € - P145
ISBN : 978-2-88953-975-8

Basculez du côté positif de la vie !



**Se libérer de l'héritage
invisible**
Devenez acteur de votre vie
grâce à la psychogénéalogie
Marie-Geneviève Thomas
120 p. - 5,95 € - P205
ISBN : 978-2-88953-959-8

Les clés de la psychogénéalogie
pour prendre en main les rênes
de votre avenir.

Meilleures ventes



Gérer ses émotions
Des réactions indispensables
Olivier Nunge
et **Simonne Mortera**
Préface de Vincent Lenhardt
120 p. - 5,95 € - P29
ISBN : 978-2-88953-900-0

Faites de vos émotions vos meilleures alliées !



Estime de soi, confiance en soi, amour de soi
Les trois piliers du succès
Patrice Ras
120 p. - 5,95 € - P197
ISBN : 978-2-88953-753-2

Réconciliez-vous avec votre image pour arriver à vivre dans l'amour plutôt que dans la peur !



Accepter ce qui est ... et vivre debout
Rosette Poletti
Préface de Pierre Pradervand
120 p. - 5,95 € - P120
ISBN : 978-2-88953-365-7

Un livre pour vivre aussi pleinement que possible la réalité de l'instant présent et lui donner du sens.

Best seller



L'Estime de soi
Un bien essentiel
Rosette Poletti
120 p. - 5,95 € - P39
ISBN : 978-2-88953-510-1

L'estime de soi, une source infinie de joie dans la vie.



Se désencombrer de l'inutile
... et trouver l'essentiel
Rosette Poletti
120 p. - 5,95 € - P138
ISBN : 978-2-88953-973-4

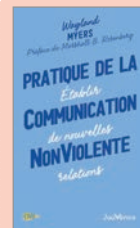
Le bonheur, ce n'est pas d'avoir des quantités de choses...

Best seller



Lâcher prise
Dire oui à la vie
Rosette Poletti
120 p. - 5,95 € - P27
ISBN : 978-2-88953-703-7

Le BEST-SELLER incontournable pour mettre en pratique le lâcher-prise !



Pratique de la Communication NonViolente
Établir de nouvelles relations
Wayland Myers
Préface de Marshall B. Rosenberg
120 p. - 5,95 € - P45
ISBN : 978-2-88953-346-6

La CNV en 2 questions, 3 recommandations et + de 10 exemples pratiques



Ces fausses victimes qui nous manipulent
Halte aux relations toxiques
Xavier Cornette de Saint Cyr
120 p. - 5,95 € - P244
ISBN : 978-2-88953-976-5

Protégez votre intégrité et ne vous laissez plus vampiriser par les fausses victimes !



Anxiété, stress ? Je gère !
Rester serein au quotidien
Xavier Cornette de Saint Cyr
et **Mona Poisson**
120 p. - 5,95 € - P273
ISBN : 978-2-88953-691-7

Passer de l'anxiété à la tranquillité d'esprit !

Et aussi...

30 + 1 idées de pause en tout lieu, à tout moment

Cindy Chapelle

96 p. - 4,95 € - P240
ISBN : 978-2-88953-062-5

60 pratiques de méditation de pleine conscience

Catherine Pourquier

120 p. - 5,95 € - P258
ISBN : 978-2-88953-433-3

100 citations pour réussir dans la vie !

Michel d'Aniello

128 p. - 4,95 € - P231
ISBN : 978-2-88911-871-7

Apaiser les conflits

Christian Aghroum

96 p. - 4,95 € - P249
ISBN : 978-2-88953-245-2

Apprivoiser ses complexes

Mireille Rosselet-Capt

96 p. - 4,95 € - P233
ISBN : 978-2-88911-952-3

Auto-coaching au quotidien

Laurent Bertrel

96 p. - 4,95 € - P146
ISBN : 978-2-88353-716-3

Auto-empathie

Philippe Beck

96 p. - 4,95 € - P219
ISBN : 978-2-88911-662-1

Boostez votre créativité...

Sylvie Batlle

96 p. - 4,95 € - P169
ISBN : 978-2-88353-580-0

Changer de vie et devenir coach

Magali Mertens de Wilmars

120 p. - 5,95 € - P263
ISBN : 978-2-88953-427-2

Chasser les mangeurs de temps

Cindy Chapelle

120 p. - 5,95 € - P270
ISBN : 978-2-88953-562-0

Clés pour un monde meilleur

Marshall B. Rosenberg

96 p. - 4,95 € - P152
ISBN : 978-2-88353-747-7

Coachez votre créativité

Laurent Bertrel

96 p. - 4,95 € - P215
ISBN : 978-2-88911-598-3

Comment attirer l'argent et l'abondance

Mary Laure Teyssedre

96 p. - 4,95 € - P170
ISBN : 978-2-88353-844-3

Déchire ton CV et fais la différence

Patrick Marques

120 p. - 5,95 € - P264
ISBN : 978-2-88953-434-0

Découvrir et accueillir sa part d'ombre

Mireille Rosselet-Capt

120 p. - 5,95 € - P228
ISBN : 978-2-88953-917-8

Dépasser son sentiment d'insécurité

Christian Aghroum

96 p. - 4,95 € - P237
ISBN : 978-2-88953-040-3

Devenez un champion de la négociation

Nicolas Dugay

96 p. - 4,95 € - P246
ISBN : 978-2-88953-173-8

Donner du sens à sa vie

Rosette Poletti

120 p. - 5,95 € - P67
ISBN : 978-2-88953-429-6

Il n'y a pas de problèmes, il n'y a que des solutions

Virgile Stanislas Martin

96 p. - 4,95 € - P191
ISBN : 978-2-88911-283-8

Intuition et prise de décision

Catherine Balance

120 p. - 5,95 € - P254
ISBN : 978-2-88953-384-8

J'ai des talents formidables !

Xavier Cornette de Saint Cyr

96 p. - 4,95 € - P211
ISBN : 978-2-88911-518-1

J'arrête de tout remettre à demain

Patrice Ras

120 p. - 5,95 € - P175
ISBN : 978-2-88953-704-4

L'Art d'écouter

Patrice Ras

96 p. - 4,95 € - P223
ISBN : 978-2-88911-720-8

L'Art d'influencer avec intégrité

Patrice Ras

120 p. - 5,95 € - P259
ISBN : 978-2-88953-425-8

L'Art de la réconciliation

Marshall B. Rosenberg

120 p. - 5,95 € - P158
ISBN : 978-2-88953-874-4

L'Art-thérapie au quotidien

Sylvie Batlle

120 p. - 5,95 € - P136
ISBN : 978-2-88953-662-7

L'Essentiel de la PNL

Laurent Bertrel

120 p. - 5,95 € - P151
ISBN : 978-2-88953-545-3

La Compassion pour seul bagage

Rosette Poletti

et Barbara Dobbs

96 p. - 4,95 € - P84
ISBN : 978-2-88353-365-3

La Gratitude

Rosette Poletti

120 p. - 5,95 € - P156
ISBN : 978-2-88953-663-4

La Magie des rencontres et des découvertes heureuses

Vincent Cueff

96 p. - 4,95 € - P178
ISBN : 978-2-88353-920-4

La Préparation mentale

Nicolas Dugay

96 p. - 4,95 € - P202
ISBN : 978-2-88911-480-1

La Réponse apaisante au stress

Vito Mariano Cancelliere et Francis de Riba

96 p. - 4,95 € - P77
ISBN : 978-2-88911-819-9

La Slow Life en pleine conscience

Cindy Chapelle

96 p. - 4,95 € - P224
ISBN : 978-2-88911-731-4

Le Bonheur, ça s'apprend

Pierre Pradervand

96 p. - 4,95 € - P57
ISBN : 978-2-88353-225-0

Ma quête de sens

Hervé Magnin

96 p. - 4,95 € - P245
ISBN : 978-2-88953-175-2

Maigrir autrement,
avec les TCC et le Mindful
Eating

Sandrine Gabet Pujol

+ 10 méditations audios

120 p. - 5,95 € - P268

ISBN : 978-2-88953-570-5

Méditer avec ses enfants

Isabelle Mante

96 p. - 4,95 € - P239

ISBN : 978-2-88953-057-1

Méditer dans le métro,
le bus, le tram

Cindy Chapelle

96 p. - 4,95 € - P248

ISBN : 978-2-88953-212-4

Méditer en tout lieu,
à tout moment

Cindy Chapelle

120 p. - 5,95 € - P226

ISBN : 978-2-88953-372-5

Moi, surdoué(e) ?!

Hervé Magnin

120 p. - 5,95 € - P155

ISBN : 978-2-88953-575-0

Mon toit et moi : installer
les bonnes énergies

Solange Cousin

96 p. - 4,95 € - P222

ISBN : 978-2-88911-684-3

Nos 7 formes d'intelligence

Jean-Louis Muller

96 p. - 4,95 € - P252

ISBN : 978-2-88953-259-9

Nous arriverons à nous
entendre !

**Marshall B. Rosenberg,
Shari Klein et Neill Gibson**

120 p. - 5,95 € - P111

ISBN : 978-2-88953-855-3

Oser la liberté

Rosette Poletti

96 p. - 4,95 € - P181

ISBN : 978-2-88353-947-1

Oser montrer
ses faiblesses

Patrice Ras

96 p. - 4,95 € - P192

ISBN : 978-2-88911-303-3

Oser parler en public

Marie-France Muller

120 p. - 5,95 € - P13

ISBN : 978-2-88953-792-1

Petit traité de contre-
manipulation

Yves-Alexandre Thalmann

96 p. - 4,95 € - P144

ISBN : 978-2-88911-862-5

Plus jamais victime

Pierre Pradervand

120 p. - 5,95 € - P61

ISBN : 978-2-88953-740-2

Pratique de l'auto-hypnose

Bernard Raquin

96 p. - 4,95 € - P65

ISBN : 978-2-88911-943-1

Psycho positive :
mode d'emploi

Monique Borcard-Sacco

96 p. - 4,95 € - P187

ISBN : 978-2-88353-983-9

Respirer avec les arbres

Jean-Marie Defossez

120 p. - 5,95 € - P247

ISBN : 978-2-88953-858-4

Rigolothérapie

Yves-Alexandre Thalmann

96 p. - 4,95 € - P212

ISBN : 978-2-88911-544-0

S'accepter pour être
heureux

Yves-Alexandre Thalmann

120 p. - 5,95 € - P243

ISBN : 978-2-88953-518-7

Savoir décider !

Patrice Ras

96 p. - 4,95 € - P177

ISBN : 978-2-88911-906-6

Scénario de vie gagnant

Christel Petitcollin

120 p. - 5,95 € - P79

ISBN : 978-2-88953-519-4

Se déplacer et voyager
sans stress

Christian Aghroum

96 p. - 4,95 € - P241

ISBN : 978-2-88953-124-0

Se faire le cadeau
du pardon

Pierre Pradervand

120 p. - 5,95 € - P209

ISBN : 978-2-88953-359-6

Se libérer de nos démons

Cécile Kapfer

120 p. - 5,95 € - P225

ISBN : 978-2-88953-584-2

Sophrologie pratique
au quotidien

Christine Klein

96 p. - 4,95 € - P125

ISBN : 978-2-88953-196-7

Trouvez votre mission de vie

Jean-Christophe Dulot

120 p. - 5,95 € - P274

ISBN : 978-2-88953-708-2

Un jour, un défi

Cindy Chapelle

96 p. - 4,95 € - P242

ISBN : 978-2-88953-128-8

Un rituel zen par jour

Cindy Chapelle

96 p. - 4,95 € - P236

ISBN : 978-2-88911-951-6

Vivre au positif

Marie-France Muller

120 p. - 5,95 € - P15

ISBN : 978-2-88953-516-3

Vivre le temps autrement

Pierre Pradervand

96 p. - 4,95 € - P102

ISBN : 978-2-88353-406-3

Votre corps parle :
écoutez-le !

Geneviève Choussy

120 p. - 5,95 € - P220

ISBN : 978-2-88953-585-9

Nouvelles éditions



Bien communiquer avec son enfant

Un équilibre subtil entre amour et fermeté

Christel Petitcollin

120 p. - 5,95 € - P74

ISBN : 978-2-88953-980-2

La parentalité bienveillante, un subtil équilibre entre amour et fermeté.

Best seller



12 outils pour capter l'attention des enfants

À l'usage des enseignants et des parents

Marie Poulhalec

120 p. - 5,95 € - P230

ISBN : 978-2-88984-014-4

Meilleure écoute = meilleure concentration = meilleure mémorisation = meilleurs résultats = meilleure estime de soi.

Meilleures ventes



Poser des limites à son enfant

et le respecter

Catherine Dumonteil-Kremer

120 p. - 5,95 € - P97

ISBN : 978-2-88953-856-0

Apprendre à dire stop avec l'éducation positive.

Best seller



Éduquer sans punitions ni récompenses

Avec la Communication NonViolente®

Jean-Philippe Faure

120 p. - 5,95 € - P110

ISBN : 978-2-88953-430-2

Mettez en pratique les principes de la Communication NonViolente avec vos enfants !



Les Constellations familiales

Les intégrer dans sa vie quotidienne

Joy Manné

Préface de Bert Hellinger

120 p. - 5,95 € - P115

ISBN : 978-2-88953-664-1

Une thérapie qui suscite prises de conscience et envie d'agir.



Élever nos enfants avec bienveillance

L'approche de la Communication NonViolente®

Marshall B. Rosenberg

120 p. - 5,95 € - P135

ISBN : 978-2-88953-604-7

La CNV appliquée à la parentalité.



Enseigner avec bienveillance

Instaurer une entente mutuelle entre élèves et enseignants

Marshall B. Rosenberg

120 p. - 5,95 € - P124

ISBN : 978-2-88953-661-0

Développons des relations saines avec les enfants.



Être mère sans s'oublier

40 ressources pour prendre du temps pour soi

Soline Bourdeverre-Veyssiere

120 p. - 5,95 € - P253

ISBN : 978-2-88953-444-9

À quand remonte la dernière fois que vous avez pris un court temps pour vous ?

Et aussi...

60 jeux éducatifs à partager
avec les enfants

Marie Poulhalec

120 p. - 5,95 € - P269

ISBN : 978-2-88953-569-9

Allaiter, c'est bon
pour la santé

Claude-Suzanne

Didierjean-Jouveau

96 p. - 4,95 € - P82

ISBN : 978-2-88353-341-7

Bien dans mon corps
après bébé

Sophie Baconin

120 p. - 5,95 € - P275

ISBN : 978-2-88953-711-2

Coacher son ado

Martine Golay Ramel

96 p. - 4,95 € - P166

ISBN : 978-2-88353-831-3

Développer l'empathie
chez les enfants

Claude-Suzanne

Didierjean-Jouveau

96 p. - 4,95 € - P250

ISBN : 978-28895-3-244-5

Être parent avec son cœur

Inbal Kashtan

96 p. - 4,95 € - P122

ISBN : 978-2-88353-475-9

Inventer des histoires
pour les enfants

Laure de Cazenove

et Alice Le Guiffant

96 p. - 4,95 € - P198

ISBN : 978-2-88911-413-9

L'Allaitement maternel

Claude-Suzanne

Didierjean-Jouveau

96 p. - 4,95 € - P42

ISBN : 978-2-88911-692-8

La Vie sans couches

Sandrine Monrocher-

Zaffarano

120 p. - 5,95 € - P104

ISBN : 978-2-88953-603-0

Le Cododo :
pourquoi, comment

Claude-Suzanne

Didierjean-Jouveau

96 p. - 4,95 € - P105

ISBN : 978-2-88911-949-3

Mieux se comprendre
grâce au Cercle de famille

Jacques Lalanne, Christian

Bokiau et Joëlle Roberfroid

120 p. - 5,95 € - P255

ISBN : 978-2-88953-568-2

Ne pleure plus, bébé !

Claude-Suzanne

Didierjean-Jouveau

120 p. - 5,95 € - P141

ISBN : 978-2-88953-919-2

Petit guide à l'usage
des nouveaux parents

Claude-Suzanne

Didierjean-Jouveau

120 p. - 5,95 € - P66

ISBN : 978-2-88953-358-9

Porter bébé

Claude-Suzanne

Didierjean-Jouveau

120 p. - 5,95 € - P121

ISBN : 978-2-88953-547-7

Pratique de la
psychogénéalogie

Marie-Geneviève Thomas

120 p. - 5,95 € - P213

ISBN : 978-2-88953-859-1

Quand un nouveau bébé
arrive...

Stephan Valentin

96 p. - 4,95 € - P165

ISBN : 978-2-88353-853-5

Qui aime bien,
vaccine peu !

D^{rs} N. Calame, F. Choffat,

F. Berthoud, P. Büchler,

J.-P. Ecklin, B. Laborier

120 p. - 4,95 € - P132

ISBN : 978-2-88911-944-8

Relaxation et détente
des enfants

Philippe Barraqué

96 p. - 4,95 € - P58

ISBN : 978-2-88953-052-6

Soignez votre enfant
par l'homéopathie

D^r Françoise Berthoud

96 p. - 4,95 € - P204

ISBN : 978-2-88911-488-7



Meilleures ventes



Grandir et guérir grâce au couple
La thérapie Imago

Carla Nessi Trippi et Carlo Trippi

En collaboration avec Alain Maillard

120 p. - 5,95 € - P201

ISBN : 978-2-88953-356-5

Plutôt que changer de partenaire, changez la relation : transformez la crise en opportunité et réenchantez votre couple.



Réussir son couple

Les premiers jours... et les suivants

Christel Petitcollin

120 p. - 5,95 € - P106

ISBN : 978-2-88953-350-3

Un petit guide essentiel pour entretenir la passion, préserver le désir et continuer à se surprendre mutuellement au cours des années.

Et aussi...

Construire un couple conscient

Alain Dorat

96 p. - 4,95 € - P234

ISBN : 978-2-88911-955-4

Devenir âme sœur

Yves-Alexandre Thalmann

96 p. - 4,95 € - P196

ISBN : 978-2-88353-934-1

Guérir d'un chagrin d'amour

Yvon Dallaire

120 p. - 5,95 € - P137

ISBN : 978-2-88953-548-4

La Sexualité de l'homme après 50 ans

Yvon Dallaire

120 p. - 5,95 € - P139

ISBN : 978-2-88953-566-8



Petits Cahiers d'exercices

Développement personnel

Meilleures ventes



Petit Cahier d'exercices pour découvrir ses talents cachés
Xavier Cornette de Saint Cyr

80 p. - 8,95 € - PCE5
ISBN : 978-2-88984-001-4

Placez votre vie à la hauteur de vos espérances et brillez par vos talents !

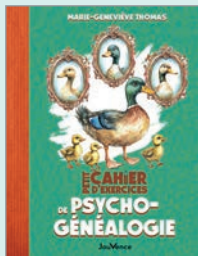


Petit Cahier d'exercices pour se libérer de ses peurs
André Charbonnier

80 p. - 8,95 € - PCE75
ISBN : 978-2-88953-906-2

Allez au-delà de vos peurs et découvrez qui vous êtes réellement !

Nouveauté



Petit Cahier d'exercices de psychogénéalogie
Marie-Geneviève Thomas

80 p. - 8,95 € - PCE99
ISBN : 978-2-88953-996-3

Libérez-vous des poids du passé généalogique et reprenez le pouvoir sur votre destin familial !



Petit Cahier d'exercices pour vivre sa colère au positif
Yves-Alexandre Thalmann

80 p. - 8,95 € - PCE14
ISBN : 978-2-88953-999-4

Il est temps d'apprendre à se réconcilier avec la colère !



Petit Cahier d'exercices de bienveillance envers soi-même
Dr Anne van Stappen

80 p. - 8,95 € - PCE6
ISBN : 978-2-88953-887-4

Il est temps de vous faire passer en premier et d'apprendre la bienveillance envers vous-même !

CAHIERS D'EXERCICES

Meilleures ventes

Best
seller



Petit Cahier d'exercices de Communication NonViolente®

D' Anne van Stappen

80 p. - 8,95 € - PCE10

ISBN : 978-2-88953-850-8

Ne laissez pas les malentendus et les conflits gâcher vos relations : la Communication NonViolente est un formidable outil !



Petit Cahier d'exercices pour écouter ses besoins profonds

D' Anne van Stappen

80 p. - 8,95 € - PCE67

ISBN : 978-2-88953-925-3

Il est temps de vous relier à vous-même !



Petit Cahier d'exercices pour se libérer de l'alcool

Carol Dequick

80 p. - 8,95 € - PCE58

ISBN : 978-2-88953-948-2

Dites STOP à la dépendance à l'alcool !



Petit Cahier d'exercices pour mieux s'organiser et vivre sans stress

Christel Petitcollin

80 p. - 8,95 € - PCE51

ISBN : 978-2-88953-926-0

Prenez le temps de vous simplifier la vie !



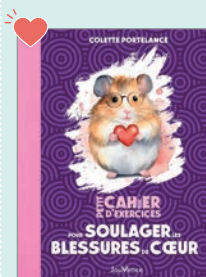
Petit Cahier d'exercices pour sortir du jeu victime, bourreau, sauveur

Christel Petitcollin

80 p. - 8,95 € - PCE50

ISBN : 978-2-88953-913-0

Vous avez le pouvoir de sortir des jeux psychologiques toxiques !



Petit Cahier d'exercices pour soulager les blessures du cœur

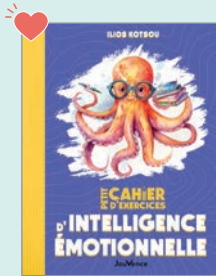
Colette Portelance

80 p. - 8,95 € - PCE38

ISBN : 978-2-88953-886-7

Retrouvez la paix du cœur !

Meilleures ventes



Petit Cahier d'exercices d'intelligence émotionnelle
Ilios Kotsou
80 p. - 8,95 € - PCE19
ISBN : 978-2-88953-888-1

Partez à la découverte des émotions, ces boussoles inestimables !



Best seller

Petit cahier d'exercices pour pratiquer Ho'oponopono
Maria-Elisa Hurtado-Graciet

80 p. - 8,95 € - PCE36
ISBN : 978-2-88953-927-7

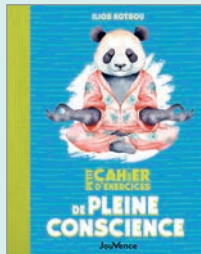
Découvrez la richesse de la sagesse hawaïenne de façon ludique !



Best seller

Petit Cahier d'exercices du lâcher-prise
Rosette Poletti
80 p. - 8,95 € - PCE1
ISBN : 978-2-88953-820-1

Vivre en toute simplicité, ici et maintenant : voilà le message essentiel du lâcher-prise.



Petit Cahier d'exercices de pleine conscience
Ilios Kotsou
80 p. - 8,95 € - PCE32
ISBN : 978-2-88953-923-9

Apprenez à porter un regard neuf sur votre vie pour l'apprécier dans toute sa richesse !



Best seller

Petit Cahier d'exercices d'estime de soi
Rosette Poletti
80 p. - 8,95 € - PCE2
ISBN : 978-2-88953-824-9

Parce qu'il est grand temps de s'estimer et de se respecter !



Rosette Poletti

est spécialiste des soins infirmiers, de l'enseignement de la santé et de l'accompagnement. Elle est l'autrice de nombreux livres à succès.

CAHIERS D'EXERCICES

Et aussi...

Le Grand Cahier d'exercices
des gens heureux

Collectif

256 p. - 19,90 € - PCE0
ISBN : 978-2-88911-618-8

Petit Cahier d'exercices :
Cultiver sa joie de vivre
au quotidien

D^r Anne van Stappen

64 p. - 7,90 € - PCE16
ISBN : 978-2-88953-646-7

Petit Cahier d'exercices :
Dépasser ses frustrations

Helen Monnet

64 p. - 7,90 € - PCE89
ISBN : 978-2-88953-297-1

Petit Cahier d'exercices :
La gratitude

Yves-Alexandre Thalmann

64 p. - 7,90 € - PCE29
ISBN : 978-2-88953-645-0

Petit Cahier d'exercices :
Méditer au quotidien

Marc de Smedt

@64 p. - 7,90 € - PCE15
ISBN : 978-2-88953-309-1

Petit Cahier d'exercices :
Réussir ses transitions de vie

Christine Marsan

64 p. - 6,90 € - PCE86
ISBN : 978-2-88953-262-9

Petit Cahier d'exercices :
Se protéger du burn-out
grâce à la Communication
NonViolente

**D^r Anne van Stappen
et Caroline Hanssens**

64 p. - 6,90 € - PCE78
ISBN : 978-2-88953-153-0

Petit Cahier d'exercices :
Se réconcilier avec
son corps

Anne Marrez et Maggie Oda

64 p. - 7,90 € - PCE45
ISBN : 978-2-88953-476-0

Petit Cahier d'exercices :
Soutenir un proche et
prendre soin de soi

Valérie Capelle

64 p. - 6,90 € - PCE83
ISBN : 978-2-88953-247-6

Petit Cahier d'exercices :
Vivre libre et cesser
de culpabiliser

Yves-Alexandre Thalmann

64 p. - 7,90 € - PCE20
ISBN : 978-2-88953-474-6

Petit Cahier d'exercices
d'hypnose

David Ogez

+ CD
64 p. - 9,90 € - PCE74
ISBN : 978-2-88911-806-9

Petit Cahier d'exercices
de communication
non verbale

Patrice Ras

64 p. - 6,90 € - PCE47
ISBN : 978-2-88911-516-7

Petit Cahier d'exercices
de désobéissance civile

Jacques de Coulon

64 p. - 6,60 € - PCE13
ISBN : 978-2-88353-867-2

Petit Cahier d'exercices
de gentillesse

Emmanuel Jaffelin

64 p. - 6,90 € - PCE62
ISBN : 978-2-88911-705-5

Petit Cahier d'exercices
de morphopsychologie

Patrice Ras

64 p. - 6,90 € - PCE59
ISBN : 978-2-88911-676-8

Petit Cahier d'exercices
de pensée positive 2.0

Yves-Alexandre Thalmann

64 p. - 6,90 € - PCE70
ISBN : 978-2-88911-766-6

Petit Cahier d'exercices
de stimulation des forces
de guérison par l'amour

**D^r Anne van Stappen et
Marie-Claire Barsotti**

64 p. - 6,90 € - PCE49
ISBN : 978-2-88911-543-3

Petit Cahier d'exercices
des femmes atypiques

Élodie Crépel

80 p. - 8,95 € - PCE90
ISBN : 978-2-88953-828-7

Petit Cahier d'exercices
des thérapeutes

**Amandine Issaverdens
et D^r Hippolyte Maurel**

80 p. - 8,95 € - PCE92
ISBN : 978-2-88953-825-6

Petit Cahier d'exercices
du pardon selon
Ho'oponopono

Jean Graciet

64 p. - 6,90 € - PCE41
ISBN : 978-2-88911-474-0

Petit Cahier d'exercices
pour aider son enfant
à écouter et transformer
ses émotions

Marie-Claire Barsotti

+ CD
64 p. - 9,90 € - PCE80
ISBN : 978-2-88911-857-1

Petit Cahier d'exercices
pour apprendre à s'aimer,
à aimer et pourquoi pas
à être aimé

Jacques Salomé

80 p. - 8,95 € - PCE31
ISBN : 978-2-88953-883-6

Petit Cahier d'exercices
pour convaincre facilement
et dans toutes les situations

**Alexandre Borie, Nicolas
Dugay et Davy Lefèvre**

64 p. - 6,90 € - PCE68
ISBN : 978-2-88911-745-1

Petit Cahier d'exercices
pour être sexy, zen
et happy

Christine Michaud

64 p. - 6,90 € - PCE43
ISBN : 978-2-88911-646-1

Petit Cahier d'exercices
pour identifier
les blessures du cœur

Colette Portelance

64 p. - 7,90 € - PCE37
ISBN : 978-2-88953-546-0

Petit Cahier d'exercices
pour rester zen dans
un monde agité

Erik Pigani

64 p. - 6,90 € - PCE17
ISBN : 978-2-88911-551-8

Petit Cahier d'exercices
pour réussir un entretien
d'embauche

Christophe Schnoebelen

64 p. - 6,90 € - PCE65
ISBN : 978-2-88911-715-4

Petit Cahier d'exercices pour s'affirmer
et (enfin) oser dire non

D^r Anne van Stappen

80 p. - 8,95 € - PCE23

ISBN : 978-2-88953-852-2

Petit Cahier d'exercices
pour se faire des ami(e)s
et développer ses relations

Odile Lamourère

64 p. - 6,60 € - PCE22

ISBN : 978-2-88353-932-7

Petit Cahier d'exercices
pour se relever d'un échec

Isabelle Filliozat

64 p. - 6,90 € - PCE54

ISBN : 978-2-88911-632-4

Petit Cahier d'exercices
pour surmonter la jalousie

Yves-Alexandre Thalmann

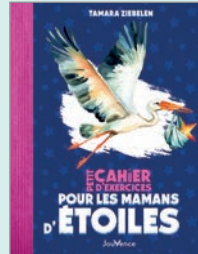
64 p. - 6,90 € - PCE57

ISBN : 978-2-88911-652-2



Couple, famille, enfant

Nouveauté



Petit Cahier
d'exercices pour les
mamans d'étoiles

Tamara Ziebelen

80 p. - 8,95 € - PCE98

ISBN : 978-2-88984-000-7

Surmontez le deuil péri-
natal et brillez en tant
que maman d'étoiles.

Et aussi...

Petit Cahier d'exercices :
Se relever d'une rupture sentimentale

Clara Bigel

64 p. - 6,90 € - PCE85

ISBN : 978-2-88953-261-2

Petit Cahier d'exercices câlins coquins
pour s'amuser à deux

Pierre-Yves Brissiaud

64 p. - 6,60 € - PCE11

ISBN : 978-2-88353-804-7

Petit Cahier d'exercices de Communication
NonViolente avec les enfants

D^r Anne van Stappen et Catherine Blondiau

Préface du D^r Catherine Gueguen

80 p. - 8,95 € - PCE76

ISBN : 978-2-88953-905-5

Esotérisme, spiritualité

Meilleures ventes



Petit Cahier
d'exercices
pour pratiquer la loi
de l'attraction

Slavica Bogdanov

80 p. - 8,95 € - PCE39

ISBN : 978-2-88953-950-5

Reprenez le pouvoir sur
votre vie et attirez le
succès !

Et aussi...

Petit Cahier d'exercices :
Guérir par l'énergie,
la méditation et
la thérapie

Elina Vorger

64 p. - 7,90 € - PCE87

ISBN : 978-2-88953-299-5

Petit Cahier d'exercices
de spiritualité aussi
simple qu'une tasse
de thé

Sandra Huygen-Dols et
Frans Goetghebeur

64 p. - 6,90 € - PCE63

ISBN : 978-2-88911-707-9

Petit Cahier d'exercices
pour accueillir le divin
en soi

Anne Ducrocq

64 p. - 6,90 € - PCE71

ISBN : 978-2-88911-771-0

Petit Cahier
d'exercices
pour réussir ses
tirages de cartes

Ozalee Intuitive

80 p. - 8,95 € - PCE95

ISBN : 978-2-88953-845-4

Nature, jardin, écologie

Petit Cahier d'exercices des fleurs à (s')offrir

Hélène Taquet et Céline Petitdidier

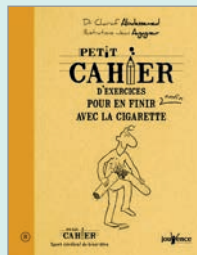
80 p. - 8,95 € - PCE97

ISBN : 978-2-88953-912-3



Santé

Meilleures ventes



Petit Cahier d'exercices pour en finir enfin avec la cigarette

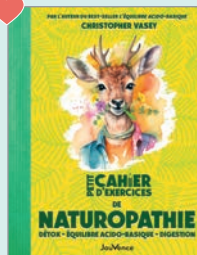
Dr Charaf Abdessemed

64 p. - 6,60 € - PCE8

ISBN : 978-2-88353-776-7

Un petit cahier d'exercices pour en finir avec

la cigarette ! Des exercices simples et efficaces pour permettre au plus grand nombre la libération de la dépendance du tabac, à lire et mettre en pratique, vite !



Petit Cahier d'exercices de naturopathie

Détox - équilibre acido-basique - digestion

Christopher Vasey

80 p. - 8,95 € - PCE96

ISBN : 978-2-88953-882-9

Abordez tous les principes de la naturopathie sous l'angle décomplexant d'exercices ludiques.



Petit Cahier d'exercices d'art-thérapie pour écouter et soulager les maux du corps + CD

Geneviève Choussy Desloges

64 p. - 9,90 € - PCE72

ISBN : 978-2-88911-773-4

Votre corps parle : apprenez à l'écouter et à l'apaiser

grâce aux exercices d'auto-hypnose et d'art-thérapie de ce petit cahier et de son CD !

Et aussi...

Petit Cahier d'exercices : Apprivoiser ses émotions avec les fleurs de Bach

Marie-Claire Bloch

64 p. - 6,90 € - PCE84

ISBN : 978-2-88953-248-3

Petit Cahier d'exercices : Être dans le flow grâce à la sophro

Sophie Colas

64 p. - 7,90 € - PCE88

ISBN : 978-2-88953-298-8

Les cahiers de Brigitte

Petit Cahier d'exercices :
Lever les obstacles à la perte de poids
D' **Claude Arnaud** et **Sandrine Gabet Pujol**
64 p. - 6,90 € - PCE81
ISBN : 978-2-88953-199-8

Petit Cahier d'exercices d'ayurveda
Sophie Benabi
80 p. - 8,95 € - PCE91
ISBN : 978-2-88953-826-3

Petit Cahier d'exercices
de ma révolution intime
Mélissa Carlier
80 p. - 8,95 € - PCE94
ISBN : 978-2-88953-849-2

Petit Cahier d'exercices de rééquilibrage
alimentaire et émotionnel
Mélissa Kunz
80 p. - 8,95 € - PCE93
ISBN : 978-2-88953-827-0

Petit cahier d'exercices pour réguler
son poids selon les thérapies
comportementales et cognitives
Sandrine Gabet Pujol
80 p. - 8,95 € - PCE48
ISBN : 978-2-88953-901-7



Brigitte et les montagnes
russes
Du rire aux larmes : bien vivre
avec son hypersensibilité
Lali Dugelay
112 p. - 12,95
ISBN : 978-2-88953-903-1

Suivez les aventures et exer-
cices atypiques de Brigitte, véri-
table Bridget Jones des temps
modernes !



Brigitte se (re)met au sport
Pilates, yoga et déhanchés
décomplexés
Marion Piscione
112 p. - 12,95
ISBN : 978-2-88953-922-2

C'est décidé, Brigitte commence
une nouvelle histoire d'amour
avec le sport !



Brigitte à la mer
Lâcher-prise, estime de soi,
coquillages et crustacés
Mathilde Blancal
112 p. - 12,95
ISBN : 978-2-88953-902-4

Le cahier parfait pour celles qui
n'arrivent pas à choisir entre les
mots croisés et les romans de
vacances !



Brigitte à la neige
Descendre les pistes de la vie
sans avoir froid aux yeux
Mathilde Blancal
112 p. - 12,95
ISBN : 978-2-88953-943-7

Brigitte sort de sa zone de
confort et part à la montagne
faire face à ses peurs : tu l'ac-
compagnes ?

Mon cahier poche

Meilleures ventes



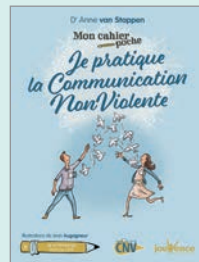
Mon cahier poche :
Je pratique
l'art-thérapie

Alain Dikann

104 p. - 5,70 € - MCP43

ISBN : 978-2-88953-075-5

Cheminez vers le bien-être
en réveillant l'artiste qui
sommeille en vous !



Mon cahier poche :
Je pratique
la Communication
NonViolente

Dr Anne van Stappen

104 p. - 5,70 € - MCP6

ISBN : 978-2-88911-880-9

Entre s'emballer ou raval
ses mots, il existe une troi-
sième voie, la Communication
NonViolente (CNV) !



Mon cahier poche :
Je m'entraîne
au bonheur

Yves-Alexandre
Thalmann

104 p. - 5,70 € - MCP31

ISBN : 978-2-88953-031-1

Le bonheur à glisser dans
votre poche !



Mon cahier poche :
Je cultive ma joie
de vivre

Dr Anne van Stappen

104 p. - 5,70 € - MCP13

ISBN : 978-2-88911-941-7

Des exercices pour rayon-
ner quotidiennement en
vous et autour de vous !



Mon cahier poche :
J'apprends à être
bienveillant(e) envers
moi-même

Dr Anne van Stappen

104 p. - 5,70 € - MCP52

ISBN : 978-2-88953-130-1

Être bienveillant avec autrui
est positif. L'être également
avec soi-même l'est tout
autant.



Mon cahier poche :
Je vis ma colère
au positif

Yves-Alexandre
Thalmann

104 p. - 5,70 € - MCP44

ISBN : 978-2-88953-076-2

Réconciliez-vous avec cette
émotion souvent mal-
aimée !

Et aussi...

Mon cahier poche :
J'apprends à gérer mon temps

Patrice Ras

104 p. - 5,70 € - MCP39
ISBN : 978-2-88953-058-8

Mon cahier poche :
J'atteins la sagesse

Rosette Poletti

104 p. - 5,70 € - MCP54
ISBN : 978-2-88953-136-3

Mon cahier poche :
J'écoute ce que mon cœur
veut vraiment

Isabelle Wats

104 p. - 5,70 € - MCP3
ISBN : 978-2-88911-876-2

Mon cahier poche :
J'évolue grâce aux personnes
difficiles

D^r Anne van Stappen

104 p. - 5,70 € - MCP46
ISBN : 978-2-88953-111-0

Mon cahier poche :
Je reste zen dans un monde agité

Erik Pigani

104 p. - 5,70 € - MCP38
ISBN : 978-2-88953-053-3

Mon cahier poche :
Je capte, je renforce et j'entretiens
l'attention des enfants

Marie Poulhalec

104 p. - 5,70 € - MCP34
ISBN : 978-2-88953-035-9

Mon cahier poche :
Je cocoone ma maison
et je déploie mes ailes

Solange Cousin

104 p. - 5,70 € - MCP10
ISBN : 978-2-88911-925-7

Mon cahier poche :
Je concentre mon attention
pour mieux profiter de la vie

Florence Vertanessian de Boissoudy

104 p. - 5,70 € - MCP40
ISBN : 978-2-88953-061-8

Mon cahier poche :
Je crée mon futur
pour réaliser mes rêves

Catherine Brillard
et Estelle Youtsil Fauchon

104 p. - 5,70 € - MCP21
ISBN : 978-2-88953-152-3

Mon cahier poche :
Je définis les couleurs
de ma personnalité

Vanessa Baudin

104 p. - 5,70 € - MCP7
ISBN : 978-2-88911-883-0

Mon cahier poche :
Je fais le choix de la psychologie
positive

Yves-Alexandre Thalmann

104 p. - 5,70 € - MCP15
ISBN : 978-2-88911-934-9

Mon cahier poche :
Je fais le plein d'énergie !

Alia Cardyn

104 p. - 5,70 € - MCP25
ISBN : 978-2-88911-990-5

Mon cahier poche :
Je gère les conflits

Patrice Ras

104 p. - 5,70 € - MCP32
ISBN : 978-2-88953-030-4

Mon cahier poche :
Je gère mon stress

Patrice Ras

104 p. - 5,70 € - MCP35
ISBN : 978-2-88953-036-6

Mon cahier poche :
Je m'affirme et j'ose dire non

D^r Anne van Stappen

104 p. - 5,70 € - MCP12
ISBN : 978-2-88911-923-3

Mon cahier poche :
Je m'exprime avec fermeté
et bienveillance

D^r Anne van Stappen

104 p. - 5,70 € - MCP33
ISBN : 978-2-88953-033-5

Mon cahier poche :
Je mange en pleine conscience

Audrey Donatoni et Marine Fort

104 p. - 5,70 € - MCP24
ISBN : 978-2-88911-991-2

Mon cahier poche :
Je me libère des poids qui
me pèsent pour mincir enfin !

Sandrine Gabet Pujol et Aude Jaubert

104 p. - 5,70 € - MCP1
ISBN : 978-2-88911-828-1

Mon cahier poche :
Je me prépare à la naissance
en pleine conscience

Caroline Lesire et Faouzia Ismaïli

104 p. - 5,70 € - MCP20
ISBN : 978-2-88911-972-1

Mon cahier poche :
Je me reconstruis
après un burn-out

Carol Dequick et Nathalie La Greca

104 p. - 5,70 € - MCP23
ISBN : 978-2-88953-008-3

Mon cahier poche :
Je me révèle à moi-même

Elina Vorger

104 p. - 5,70 € - MCP42
ISBN : 978-2-88953-056-4

Mon cahier poche :
Je mets du bonheur dans mon job

Béatrice Gomez et Stéphanie Crespin

104 p. - 5,70 € - MCP17
ISBN : 978-2-88911-963-9

CAHIERS D'EXERCICES

Mon cahier poche :
Je ne me prends plus la tête
au travail

Xavier Cornette de Saint Cyr
et Catherine Leclercq

104 p. - 5,70 € - MCP14
ISBN : 978-2-88911-935-6

Mon cahier poche :
Je pratique l'EFT

Maria-Elisa Hurtado-Graciet

104 p. - 5,70 € - MCP53
ISBN : 978-2-88953-091-5

Mon cahier poche :
Je rebondis après mon cancer

Magali Mertens de Wilmars

Préface du Dr Christian Boukaram

104 p. - 5,70 € - MCP18
ISBN : 978-2-88911-961-5

Mon cahier poche :
Je rééquilibre mon alimentation

Céline Provost

104 p. - 5,70 € - MCP11
ISBN : 978-2-88911-945-5

Mon cahier poche :
Je sème et récolte l'amour

Hervé Magnin

104 p. - 5,70 € - MCP16
ISBN : 978-2-88911-962-2

Mon cahier poche :
Je souris même sous la pluie

Isabelle Filliozat

104 p. - 5,70 € - MCP22
ISBN : 978-2-88953-009-0

Mon cahier poche :
Ma slow life : je lève (enfin) le pied

Cindy Chapelle

104 p. - 5,70 € - MCP8
ISBN : 978-2-88911-884-7

Mon cahier poche :
Mon couple heureux

Yvon Dallaire

104 p. - 5,70 € - MCP37
ISBN : 978-2-88953-054-0

Mon cahier poche :
Ni paillason, ni hérisson :
je m'affirme

Stéphanie Ruder Schoof
et Francesca Guilia Mereu

104 p. - 5,70 € - MCP36
ISBN : 978-2-88953-034-2

Mon cahier poche :
Tout le monde dit que je maigris...
je décide d'y réfléchir !

Sandrine Gabet Pujol
et Dr Claude Arnaud

104 p. - 5,70 € - MCP50
ISBN : 978-2-88953-085-4



Le Soir Venu

Le Soir venu est une maison d'édition née de deux passions : celle de la lecture, jusqu'à s'en priver de sommeil, et celle des destinées singulières, jusqu'à bousculer nos certitudes. À nos côtés, vous rencontrerez des personnages de romans qui s'ouvriront à vous comme ils l'ont d'abord fait avec nous. Vous les observerez évoluer dans leurs ambivalences, leur quête de vérité, leurs chutes, ou encore leur intimité. Ils se livreront à vous avec humour ou poésie, sensibilité ou familiarité, ils vous surprendront ou vous inviteront en terrain connu mais, toujours, ils vous raconteront la vie. Et à travers leur nuit, ils habiteront la vôtre.

À paraître en 2026



Le Présage des oiseaux
Myriam Chirousse

352 p. - 19,95 €
ISBN : 978-2-940797-16-5

Un roman aux allures de conte qui explore la place des femmes aujourd'hui et nous livre une allégorie on ne peut plus pertinente de notre époque.



Je nettoie vos sols et ramasse vos silences
Valentine Headway

320 p. - 19,95 €
ISBN : 978-2-940797-19-6

Intime, percutant, engagé, ce roman rend leur dignité à toutes celles et à tous ceux qu'on ne voit pas. Au travers de ce texte en vers libres, il explore la beauté et la brutalité du quotidien, la force fragile d'une femme ordinaire qui garde la tête hors de l'eau.

Nouveautés

© Murdo Macleod



Adélaïde Bon est autrice, comédienne et codirectrice de la compagnie de théâtre Une chambre à soi. Elle a écrit *La Petite Fille sur la banquise*, récit des conséquences d'un viol subi enfant (Éditions Grasset, 2018). Il a été traduit

en sept langues et a reçu le Prix des Lecteurs du Livre de Poche en 2019. Elle a également coécrit *Par-delà l'androcène* (Éditions du Seuil, 2022), ainsi que *Sous nos regards. Récits de la violence pornographique* (Éditions du Seuil, 2025). Elle joue de la trompette dans la fanfare Les Josettes noires.



Puisque l'eau monte

Adélaïde Bon

192 p. - 16,95 €

ISBN : 978-2-940797-12-7

Une écriture rare, un récit d'initiation comme d'émancipation : le nouveau texte magistral d'Adélaïde Bon.

« Un premier roman tant poétique que politique » Le Point.



La Branche argentine

Carole Zalberg

208 p. - 17,95 €

ISBN : 978-2-940797-14-1

La plume de Carole Zalberg se déploie comme pour mettre au monde ce personnage d'Ella qui nous restera, nous rappelant que les absents conservent parfois toute leur place.



Le Retour de l'oie blanche

Mélissa Perron

224 p. - 17,95 €

ISBN : 978-2-940797-08-0

Une vie et un style littéraire qui basculent, un roman brillant qui nous interroge sur la vie, la mort et la destinée.

Nouveautés



L'Allégorie des truites arc-en-ciel

Marie-Christine Chartier

224 p. - 17,95 €

ISBN : 978-2-940797-09-7

Un roman qui interroge l'amitié entre hommes et femmes. Une invitation à dépasser ses blessures et ses peurs les plus vives pour donner une chance à l'amour véritable.



Un tango pour Doro

Nathalie Longeval

352 p. - 19,95 €

ISBN : 978-2-940797-05-9

L'histoire vraie d'un amour qui traverse les épreuves et l'absence, sur fond de guerre d'Espagne.



Les Étoiles du silence

Jean-Marc Ceci

240 p. - 17,95 €

ISBN : 978-2-940797-04-2

Une histoire bouleversante, un style poétique et une atmosphère singulière qui nous invitent dans un monde inconnu et envoûtant.



Dans mes écouteurs

Aurélie Delahaye

256 p. - 17,95 €

ISBN : 978-2-940797-03-5

Un roman saisissant et audacieux qui résonne comme un cri du cœur dans l'obscurité.



Margo a des problèmes d'argent

Rufi Thorpe

416 p. - 22,95 €

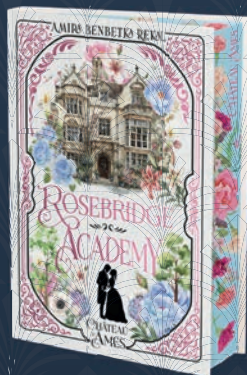
ISBN : 978-2-940797-02-8

Ce roman détonnant est le récit plein d'humour d'une héroïne attachante et déterminée qui se bat dans un monde pas toujours si rose.

CHÂTEAU D'ÂMES

Les Éditions Château d'âmes vous ouvrent les portes de leur univers raffiné avec des livres tels des écrins qui réinventent nos plus beaux moments de lecture. Tous les goûts sont servis : des romances modernes aux ambiances de château pour les férus de fiction et des œuvres-oracles dédiées aux parcours déterminants susceptibles de sublimer le vôtre. Choisir un livre de notre maison, c'est ouvrir les portes d'un palais où les mots sont rois.

Nouveautés



Rosebridge Academy Amira Benbetka Rekal

368 p. - 26,95 €

ISBN : 978-2-940787-13-5

Une réécriture féministe et romantique de Cendrillon relatée à travers une double temporalité et offrant ainsi deux romances de la Régence anglaise à nos jours.

Tropes : *forbidden love, slow burn.*

Best
Seller



La Malédiction de Waterdown Maria Levski

360 p. - 26,95 €

ISBN : 978-2-940787-08-1

Un roman hypnotique où secrets de famille, séduction, mensonges et trahison s'allient pour affronter les fantômes du passé.

Les sœurs Balfour parviendront-elles à résister au charme des membres de la fratrie Graham ?

Tropes : *enemies-to-lovers, small town, slow burn.*



© Astra

Maria Levski est professeure de français et réunit une communauté en ligne de plus de 35 000 lecteurs passionnés. En plus de la lecture, elle aime passer son temps dans les musées, à contempler des tableaux post-impressionnistes. Son écriture est donc tout naturellement influencée par ces éléments. Elle est déjà l'autrice de *Hope Dies Last*, une romance *dark academia* pour les fans de *Roméo et Juliette*.

Nouveautés

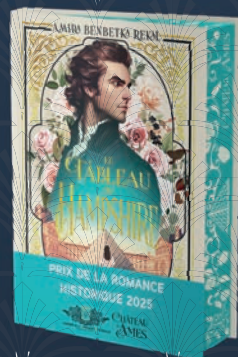


Lady Orgueil et Mister Préjugés Bianca Marconero

520 p. - 22,95 €
ISBN : 978-2-940787-10-4

Une réinterprétation d'*Orgueil et Préjugés*, la plus grande histoire d'amour de tous les temps, avec originalité, délicatesse et panache !

Tropes : *enemies-to-lovers*, *slow burn*.



Le Tableau du Hampshire Amira Benbetka Rekal

360 p. - 26,95 €
ISBN : 978-2-940787-11-1

Effleurez la surface d'une toile oubliée et découvrez qu'au-delà des siècles, certaines histoires n'attendent qu'un soupçon d'amour pour s'éveiller.

Tropes : âmes sœurs, *forbidden love*.

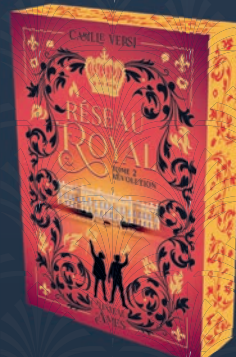


Réseau Royal Camille Versi

560 p. - 24,95 €
ISBN : 978-2-940787-02-9

Poussez les portes du château de Versailles modernisé et plongez au cœur d'une cour où les smartphones sont rois.

Tropes : *forbidden love*, *he falls first*.

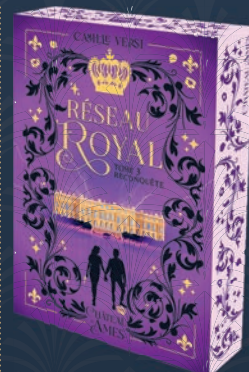


Réseau Royal, tome 2 - Révolution Camille Versi

544 p. - 24,95 €
ISBN : 978-2-940787-07-4

Un deuxième tome brûlant où passé et présent s'entrechoquent sous les ors du château de Versailles comme dans les écrans de smartphones.

Tropes : *childhood sweethearts*, *proximité forcée*.



Réseau Royal, tome 3 - Reconquête Camille Versi

544 p. - 27,95 €
ISBN : 978-2-940787-12-8

L'Histoire continue de se réécire, aussi bien en ligne qu'au cœur des palais, entre amours, menaces et révélations.

Trope : *grumpy x sunshine*.

Dernier tome de la saga à paraître en 2026.

Nouveautés

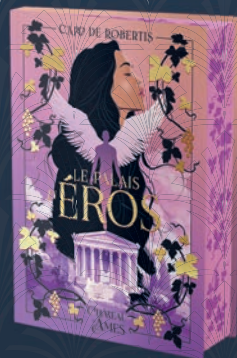


La Captive de Dunkelstadt Magali Lefebvre

208 p. - 22,95 €
ISBN : 978-2-940787-09-8

Une sombre malédiction pour une belle histoire d'amour. Un château dont il aurait été plus prudent de garder les portes fermées...

Tropes : *forbidden love*, âmes sœurs

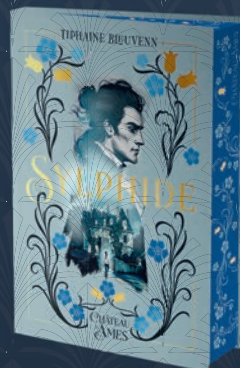


Le Palais d'Éros Caro de Robertis

328 p. - 24,95 €
ISBN : 978-2-940787-06-7

Une réécriture moderne, féministe, queer et *spicy* du célèbre mythe d'Éros et Psyché.

Tropes : *forbidden love*, proximité forcée.



Sylphide Tiphaine Bleuvenn

400 p. - 26,95 €
ISBN : 978-2-940787-04-3

Laissez-vous envoûter par l'univers des sylphes, ces esprits de l'air aussi séduisants que manipulateurs, ayant pris possession d'un château abandonné.

Tropes : triangle amoureux, *forbidden love*.

Messages secrets des book boyfriends Claire Lévêque et Dalila Benhabib

12 cartes incluses
192 p. - 24,95 €
ISBN : 978-2-940787-05-0

Messages créatifs de Coco Chanel Marion Corrales

12 cartes incluses
192 p. - 24,95 €
ISBN : 978-2-940787-03-6

Messages éclairés de Jane Austen Céline Colle

12 cartes incluses
192 p. - 24,95 €
ISBN : 978-2-940787-01-2

Messages lumineux des sœurs Brontë Céline Colle

12 cartes incluses
192 p. - 24,95 €
ISBN : 978-2-940787-00-5

Les noms et numéros en gras renvoient à une courte biographie de l'auteur.

A

D^r ABDESSEMED Charaf - 82
 D^r ADLER Yael - 39
 ADNOT Amandine - 37
 AGHROUM Christian - 72, 73
 AGRAPART Véronique - 18
 ALLAMAND Noëlle - 56
 ALLÉGUÈDE Alix - 36
 ALLIOUX GOLDFARBE Corinne - 42
 ALLOUIS Marie-Laure - 52
 ALTHERR-RISCHMANN Hélène - 66, 68
 ALZIEU David - 60
 AMANDA Julie - 59
 D^r AMBLARD Fernande - 60
 Amélie L. de dmepp.com - 64
 AMY Marie-Dominique - 60
 ANAKA - 34, 37
 ANDRÉ Christophe - 20
 ANDRÉ Marie-Laure - 44, 45, 46
 ANGLADA Christian - 55
 d'ANIELO Michel - 72
 d'ANSEMBOURG Thomas - 20
 ARAGONES Laura - 20
 ARONDEAU Christelle - 33
 ARTHÉMISIA - 33

ARZOUNI Floriane - 32
 ASANCHEYEV Magdalena - 46
 ASSIÉ Mélina - 59
 ASSIER Anaël - 20
 Association Pollinis - 56
 AUDRERIE Géraldine - 55

B

BACONIN Sophie - 60, 75
 BAILLET Karine - 39
 BAILLY Fanny - 34
 BALANCE Catherine - 26, 72
 D^r BALANDRAUX Martine - 68
 BALITEAU Jeanne - 46
 BALMA-CHAMINADOUR Caroline - 46, 51, 52
 BALME Delphine - 22, 23
 BANAS Anne - 64
 BANAS Irène - 64
 BARANGER Bernard - 56
 BAREAUD MARIE - 58
 BARRAQUÉ Philippe - 65, 75
 BARRAU Véronique - 33
 BARRY Catherine - 18, 21
 BARSOTTI Marie-Claire - 80
 D^r BASAGANA Ramon - 52, 68
 BATLLE Sylvie - 12, 68, 72
 D^r BATMANGHELIDJ Fereydoon - 43
 BATTENTIER Andy - 62

BAUBEAU Évelyne - 46
 BAUDIN Vanessa - 85
 BAUDON Lucie - 20
 BAZINET Julie - 59
 BEAUCHAMP Caroline - 19
 BECK Philippe - 60, 72
 BECK Véronique - 42, 46
 BÉGUIN Nicole - 59
 BEL Ophélie - 63
 BENABI Sophie - 50, 51, 83
 BENATTAR Anne-Laure - 21
 BENBETKA REKAL Amira - 90, 91
 BENEDICTO Juliette - 46
 BENHABIB Dalila - 92
 BENOVSKY Jiri - 37
 BERNARD Christophe - 48, 68
 D^r BERSAND Gérard - 51
 D^r BERTHOUD Françoise - 60, 75
 BERTRAND Eva - 51
 BERTREL Jane - 53
 BERTREL Laurent - 53, 72
 D^r BESSON Philippe-Gaston - 41, 45, 51
 BEUNE Maxime - 42
 BHARAT CORNELL Joseph - 56
 BIGEL Clara - 81
 BIGOT Emmanuelle - 56
 BILLOCK Jennifer - 37
 BINÉTRUY Anne - 59
 BIREN Marine - 47

BLANC Marion - 23
 BLANCAL Mathilde - 18, 39, 83
 BLEUVENN Tiphaine - 92
 BLOCH Marie-Claire - 82
 BLONDIAU Catherine - 59, 81
 BODIN Luc - 8, 15, 52, 67
 BOGDANOV Slavica - 15, 16, 17, 19, 20, 81
 BOKIAU Christian - 75
 D^r BONDIL Alain - 45, 47
 BONNAFOUS Catherine - 64
 BONNAL Christelle - 54
 BOONE Danièle - 55
 BORCARD-SACCO Monique - 73
 BORG Alexia - 13
 BORIE Alexandre - 80
 BOSSARD Nina - 43, 60, 67
 BOUHIER-CHARLES Nathanaëlle - 59
 BOURDEVERRE-VEYSSIERE Soline - 23, 59, 60, 74
 BOYER Annabelle (Mademoiselle Coccinelle) - 64
 BRAILLARD Catherine - 85
 BRANDT Johanna - 46, 67
 BRAUN DEBOURGES Céline - 68
 BRISSAUD Pierre-Yves - 37, 81
 BRONDEL Caroline - 42
 BROWER Elena - 18
 BRUN Christian - 51
 BRUNETTI Enolla - 27

INDEX DES AUTEURS

D^r BÜCHLER Pascal - 75
BUISSON Delphine - 52
BUREL Caroline - 20
BURMEISTER Alice - 48
D^r BURNIGHT Kerry - 10
BUTEL Tifenn - 64, 66

C

D^r CABOT Sandra - 43
CABOT NADAL Julie - 17
D^r CALAME Nathalie - 75
CAPELLE Valérie - 27, 80
CARDYN Alia - 23, 85
CARIOU Nathalie - 20
CARLIER Mélissa - 48, 83
CASSINA Luce - 32
CASTO Barbara - 59
CASTRO Judith - 18
CATALA Valérie - 42, 51
CATANI Damien - 18
de CAZENOVE Laure - 75
CECI Jean-Marc - 89
CHABRILLAC Odile - 17
CHAPELLE Cindy - 17, 56, 72, 73, 86
CHARBONNIER André - 77
D^r CHARLES Eric - 51
CHARMETANT Catherine - 51
CHARTIER Marie-Christine - 89

CHAUVAT Nicolas - 10, 15, 17, 21, 36, 37, 43, 52, 67
CHAVANEL Océane - 51, 52
CHENOT Laurent - 53
CHEREAU Douna - 29, 31
CHIA Mantak - 50
CHIROUSSE Myriam - 87
D^r CHOFFAT François - 42, 60, 68, 75
CHOPRA Deepak - 14
CHOQUE Jacques - 47, 51, 52, 68
CHOUSSY DESLOGES Geneviève - 73, 82
Cindy @bee.greener - 55
CLAUSEN Pascal - 54
CLERC Olivier - 5, 6, 23
CLERGUE VAURÈS Amélie - 60, 68
COCHET Olivier - 20, 26, 33
COCHET Virginie - 37
COLAS Sophie - 82
COLLE Céline - 24, 25, 27, 31, 33, 35, 37, 92
COLLEAUX Mélanie - 19, 42, 52
CONRAUD Alizée - 39
CONSTAM Angelika - 52
COREIL Eva - 20
CORNETTE DE SAINT CYR Louis - 62
CORNETTE DE SAINT CYR Xavier - 19, 21, 62, 71, 72, 77, 86
CORRALES Marion - 92
de COULON Jacques - 19, 80

COUPLAN François - 55, 56
COUSIN Solange - 18, 32, 73, 85
D^r COZON Grégoire - 45
CRÉPEL Élodie - 13, 16, 80
CRESPIN Stéphanie - 85
CRETEGNY Willy - 62
CROLIUS Kendall - 63
CUEFF Vincent - 20, 26, 53, 72
CUPILLARD Valérie - 46

D

DAISY - 38
D^r DALET Roger - 51
DALLAIRE Yvon - 59, 76, 86
DANIS Daniela - 17
DARLINGTON Andrew - 56
DARLINGTON Jessie - 56
DAVIS KC - 64
D^r DEANJEAN André - 45
DEFIVES Maïté - 14
DEFOSSEZ Jean-Marie - 21, 48, 51, 73
DÉGRUEL Yann - 23
DEGUEN Michel - 26
DEL VAL Sophie - 33
DELAHAYE Aurélie - 39, 64, 89
DELAVEGA Flo - 11, 21
DELMAS Léa - 46
DELORME Julie - 52
DENDURA Nathalie - 47
DEQUICK Carol - 78, 85
DERUMIGNY Caroline - 9
DESHAIRE Jean-Pierre - 55
DEWANDRE Paul - 61
DIDIERJEAN-JOUVEAU Claude-Suzanne - 59, 60, 75
DIKANN Alain - 19, 21, 84
DIVINÉ Michel - 7
DJAARFAR Sihem - 64
DOBBS Barbara - 16, 17, 19, 20, 21, 72
DOLEZEL Eva - 17, 19
DOMIZI Marie Gabrielle - 45, 46, 51
DONATONI Audrey - 85
DORAT Alain - 76
DORN Françoise - 16, 19, 26, 59
DOUGOUD CHAVANNES Carole - 45, 46, 52
DOUMENC Isabelle - 42, 46, 49, 51, 52, 53
DROUET Emmanuelle - 26
DRUESNE Emmy - 17, 58
DUCROCQ Anne - 81
DUFLOUX Jean-Louis - 39
DUGAY Nicolas - 64, 68, 72, 80
DUGELAY Lali - 39, 83
DULOT Jean-Christophe - 17, 20, 73
DUMINUO Cécilia - 26
DUMONTEIL-KREMER Catherine - 59, 60, 74
DUNAND Marcel - 66
DUPONT Laetitia - 27

DUPORT Sandrine - 55, 56

E

D^r ECKLIN J.-P. - 75

EDWARDS Dianna - 36

EISENSTEIN Charles - 62

EL MASSIOU Nora - 61

ELLIOT Ruby - 39

EMMERLING Patricia - 17, 20

EMRYS Barbara - 5, 6

F

FANIEL Evelyne - 18

FARD Merette - 17

FAURE Jean-Philippe - 74

FAUX Marine - 18

FAVRE Brigitte - 45

FÉLIX Clélia - 31, 37

FIELD Ruth - 9

FILLIOZAT Isabelle - 20, 81, 86

FIVET Luc - 18

FLAMENT Marik - 22

Fondation D^r Catherine Kousmine - 41

FONTAINE Emmanuelle - 27

FONTAINE Jacques - 42, 43

FORREST Steven - 36

FORT Marine - 85

FOUGEROSSE Nicolas - 26

FRANCISCO Marine - 53

FRANKART Simon - 60

FRESSOZ Pascale - 61

G

GABET PUJOL Sandrine - 73, 83, 85, 86

GABRIELLE DOMIZI Marie - 45, 46, 51

GAGE Jasmine - 59

GAMÉLIN-LAVOIS Sophie - 60

GARCIN-FRADET Martine - 17

GARNIER Nathalie - 27

GAUDEL Céline - 25

GAUDUCHEAU Isabelle - 17, 68

D^r GÉLIS IMBERT Pascale - 42, 51, 52, 67

GÉNOT Jean-Claude - 55

GIBSON Neill - 73

GILDINER Catherine - 20

GIRARDEL Charline - 51

GIRE Mélanie - 58

GOBINDOSS Linda - 52

GOETGHEBEUR Frans - 41

D^r GOLAY Michel - 51

GOLAY RAMEL Martine - 62, 75

GOMEZ Anaïs - 52, 68

GOMEZ Béatrice - 85

GRACIET Jean - 8, 19, 21, 80

GRANDE Monique - 19

GREETHAM Alice - 45

GREMAUX-DAVIET Catherine - 8

GRIMA Laurent - 26

GROLLIMUND Annie - 56

GROLLIMUND Marc - 56

GROS-LOUIS Yves - 20

GROSJEAN Sophie - 7

GRÜN Anselm - 36

GUEPEY Jean-Michel - 20

GUILIA MEREU Francesca - 86

GUILLAIN France - 41, 66, 68

GUYARD Romain - 23

H

HADDON Alice - 9

HALLOT-CHARMASSON Amélie - 66

D^r HANSEN Anders - 21

HANSENS Caroline - 80

HARRIS Lee - 36

HEADWAY Valentine - 87

HENNEBICQ Sylvie - 55

d'HENNEZEL Marie - 55

HERKERT Rolf - 68

HILSSONE-LÉVY Virginie - 18, 55

HINZELIN Sandy - 34, 37, 51

HIRSCH Rebecca E. - 54

HOOR Ombeline - 64

HOROWITZ Élisabeth - 19

HOUGHTON Peter - 55

HOVANE Cécile - 27

HOVETTE Céline - 40

HUBERT Dominique - 59

HURTADO-GRACIET Maria-Elisa - 8, 15, 79, 86

HUTINET Laurent - 68

HUYGEN-DOLS Sandra - 81

I

INKEI Denis - 18, 19

INTUITIVE Ozalee - 31, 33, 35, 81

ISMAÏLI Faouzia - 85

ISSAVERDENS Amandine - 17, 20, 33, 35, 39, 80

J

JAFFELIN Emmanuel - 80

JAOUAD Suleika - 39

JASSEY Claudine - 52, 53

JAUBERT Aude - 60, 85

JEANLOZ Edouard - 56, 66

JÉZÉQUEL Myriam - 17, 18

JOHNSON Emmanuelle - 32, 33, 35, 36

JOLY Cassandre - 66

JUMEAU COURT Emmanuelle - 46

JUNOD Christian - 18

K

KAPFER Cécile - 20, 73

KAPLAN Marion - 44, 45

INDEX DES AUTEURS

KARACA Sila Y. - 23
KASHTAN Inbal - 75
KATZ Susan B. - 23
KELLY Liz - 9
D^r KEROS Philip - 41, 45
KIEFFER Daniel - 34, 42, 43, 52, 53
KING-SOON Erika - 64
KLEIN Christine - 52, 53, 73
KLEIN Shari - 73
KLINKHAMER Marc - 51
KOENIG Laurine - 33, 37
KOTSOU Ilios - 20, 21, 60, 79
KUNZ Mélissa - 83

L

La Renarde bouclée - 57
D^r LABORIER Bruno - 75
LA CAPRIA Bénédicte - 24
LAFFONT-DEBEAUX Géraldine - 31
D^r LAGARDE Claude - 53
LA GRECA Nathalie - 85
LALANNE Jacques - 75
LALOT Thierry - 15
LAMBIN Eric - 20
LAMBOY Nathalie - 8
LAMIRÉ Julie - 36
LAMOURÈRE Odile - 81
LAPIERRE Manon - 44
LARIGALDIE Giulia - 26

LAROCHE DE ROSA Anne - 66
D^r LASKOW Leonard - 18, 20
LAUPRÊTRE Delphine - 60
D^r LAURANT Claire - 43, 46, 67
D^r LAURANT-BERTHOUD Claire - 55
LAURENT Kevin - 64, 66
LAVAL LEGRAIN Géraldine - 46
LEBLANC Sarah-Maria - 51
LECLERCQ Catherine - 86
LECLERCQ Élodie - 17, 37
LECOINTE Victoria - 27
LECOMTE Jacques - 20
LEFEBVRE Magali - 92
LEFÈVRE Davy - 80
LEGRAIN Benoît - 46
LE GUIFFANT Alice - 75
LEJEUNE Laurie - 58
LEMAY Camille - 55
LEMAY Charlotte - 55
LE QUANG Nhuan - 49
LESAGE Marie-Lou - 39
LESIRE Caroline - 17, 20, 21, 85
LESUR Camille - 26, 27
LEU Lucy - 7
LEV Rachel - 18
LÉVÊQUE Claire - 92
le LEVREUR Maëlys - 60
LEVSKI Maria - 90
LEVY Julien - 26, 51, 52, 53, 59
LHOTTE Aurore - 53

LOISON Eric - 52
LONGET René - 62
LONGEVIAL Nathalie - 89
LOPES Deborah - 56
LORITTE Pauline - 64
LOUPY Christophe - 23, 60
L'Université du Nous - 61
de LUZE Barbara - 52
LYONNET DU MOUTIER Michel - 51
LYS Daniel - 56, 66

M

MAGNIN Hervé - 21, 72, 73, 86
MAILLARD Catherine - 68
MAILLEFER Fabienne - 32, 33, 35, 37
MAIRE Philippe - 62
MAIRE Sylviane - 52
MAMOU-MANI Julie - 39
MANNÉ Joy - 74
MANTE Isabelle - 46, 73
MARC AUBRY Claude - 21
MARCONERO Bianca - 91
MARIANO CANCELLIERE Vito - 72
MARIE GALLIEZ Roxane - 22
MARIE GUFFLET Fanny - 24
D^r MARPEAU Olivier - 49
MARQUES Patrick - 72
MARREZ Anne - 80
MARRO Candice - 60

MARSAN Christine - 20, 80
MARTIN Alexandra - 60
MARTIN Ryan - 10
MARTIN Virginie - 45
MASINI-FRYDIG Réjane - 18
MASON Chloé - 16, 33
MASQUELIER Michel - 61
MASSET Lisa - 46
de MAUD'HUY Alexis - 53
D^r MAUREL Hippolyte - 39, 80
MAURIN Daniel - 50
MAXIME EGGER Michel - 62
MAXIME ILY Tiraogo - 37
MAZELLE Jessica - 22
MC GEACHY Helen - 37
MCGOWEN Roger W. - 34, 37
MELLET Maureen - 29
MÉLOT Mélanie - 60
MÉRIEN Désiré - 66, 67
MERRILL Paola - 64
MERTENS DE WILMARS Magali - 21, 72, 86
MEYTRE Lugdivine - 52
MICHAUD Christine - 80
MIGNOT Josiane - 42
MIQUEL Christian - 17, 18, 19, 37, 52
de MIRANDA Carl - 16, 52, 59, 60, 62
MIRSADEGHI Jacqueline - 52
MOEBERG Susanne - 16
MONNET Helen - 80
MONNIER Mélissa - 5, 6

MONROCHER-ZAFFARANO Sandrine - 75
 MONTE Tom - 48
 MORANDI Sylviane - 59
 MORGADO Philippe - 52
 MORICET Valentin - 56
 MORINEAU Olivier - 52
 MORO BURONZO Alessandra - 45, 46, 64, 66
 MORTERA Simonne - 71
 MOTTÉ Valérie - 17, 20, 33
 de MÛELENAERE Emmanuel - 21
 MULLER Jean-Louis - 21
 MULLER Marie-France - 48, 50, 65, 66, 67, 68, 70, 73
 MURATET Laurent - 61
 MYERS Wayland - 71
 MYRAN-FIORINI Hélène - 36

N

NAÏMA - 51
 NDANTY BADIANE Mame - 49
 NESSI TRIPPI Carla - 58, 76
 NORBERG Ulrica - 11
 NOULA Stella - 63
 NUNGE Olivier - 71
 NUNSTEDT Carina - 11

O

ODA Maggie - 80

OGEZ David - 80
 OLIVE Patricia - 11
 ONANA Céline - 39
 OSHO - 15, 36
 OZAWA Yuko - 51

P

PAGE Elsa - 26
 PAOLI Amandine - 57
 PAPPALARDO Renato - 51
 D' PATEL Linia - 44
 D' PATTE KARSENTI Nathalie - 51
 van den PEEREBOOM Ingrid - 60
 PÉRENNE Sylvie - 39, 55
 PÉRON Xavier - 27
 PERRON Mélissa - 88
 PERROUD David - 8, 14, 25, 26, 27, 37
 PES Jean-Paul - 66
 PETITCOLLIN Christel - 12, 18, 69, 73, 74, 76, 78
 PETITDIDIER Céline - 54, 82
 PETITJEAN Ingrid - 64, 68
 PEYROT Morgane - 55
 PEYTAVI Virginie - 42, 53
 PFEIFFER Yor - 27
 PFISTER Beatrix - 53
 PIGANI Erik - 19, 80, 85
 PINEAU Benoît - 19
 PISANI Chantal - 17

PISCIONE Marion - 83
 PLAZANET Fabiola - 58
 POCHAT Juliette - 45, 46
 POH Jennie - 23
 D' POIRIER Roger - 56
 POISSON Mona - 71
 POLETTI Rosette - 11, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 69, 71, 72, 73, 79, 85
 POLLAK Kay - 16
 PORTAL Céline - 56, 66
 PORTELANCE Colette - 19, 21, 78, 80
 POULHALEC Marie - 59, 74, 75, 85
 POURQUIER Catherine - 16, 21, 72
 PRADERVAND Pierre - 17, 18, 34, 36, 37, 70, 72, 73
 PRENEY Suzanne - 45
 PROVOST Céline - 86
 PYTHIE La Douce - 32, 37

Q

QUOD Aline - 37

R

RAISON Christelle - 34
 RAQUIN Bernard - 69, 73
 RAS Patrice - 10, 20, 71, 72, 73, 80, 85
 RAURICH Olivier - 21
 RAVIER-WROBEL Karine - 68
 RAYNAL Sophie - 60

RECHSTEINER Kevin - 56
 REIM Nora - 52
 RENAUDEAU Lucie - 19
 RENOUF Sophie - 59
 REVAULT Jean-Yves - 20, 27
 de RIBA Francis - 72
 RIBEIRO TAVARES Elisabete - 59
 RIBEIRO TAVARES Sandra - 59
 RICARD Eve - 17
 RICARD Matthieu - 20
 RIEUSSEC-FOURNIER Martin - 62
 RIOM-TENDRON Brigitte - 19
 RIVAUT Philippe - 51
 ROBERFROID Joëlle - 75
 de ROBERTIS Caro - 92
 ROBIN Mily - 31
 ROCH Philippe - 19, 37, 56
 de ROGUIN Valérie - 19
 ROMEO-DUSSART Sabrina - 16, 29, 32, 33, 35, 44, 52, 53, 67, 68
 D' ROMNEY Rémy - 52
 ROSELMACK Harry - 18, 35
 ROSENBERG Marshall B. - 6, 7, 70, 72, 73, 74
 ROSSELET-CAPT Mireille - 19, 21, 72
 ROSSET Édith - 21
 ROWLEY-PERPETE Stéphanie - 51
 RUDER SCHOOF Stéphanie - 86
 RUEDA Jérémy - 37
 D' RUEFF Dominique - 46, 66

INDEX DES AUTEURS

RUIZ don José - 5
RUIZ Don Miguel - 3, 4, 5, 6
RUIZ Fabrice - 28, 35
RUST Serena - 7

S

SAINT GIRONS Benoît - 42
SAINT JEAN Charlotte - 37
SALIBA GARILLON Éliane - 26
SALOMÉ Jacques - 17, 80
SAMSON Amandine - 64
SANCERY-GAY Mélanie - 55
SANGAM DELOURME Anne-Charlotte - 11, 20
SARNE Isabelle - 21
SATIS L. B. - 29, 36
SAURA ZELLWEGER Cyrille - 64
SCHNITZLER Annik - 55
SCHNOEBELEN Christophe - 80
SCHOUHMANN-ANTONIO Déborah - 59
SCHUSTER Tara - 14, 38, 39
SEBAUX Clémentine - 9
SEGONDS Anne Catherine - 57
SÉGUY Viviane - 22
SEÏDOU Nathalie - 23
SÉLÉNÉ - 32
de SÉNÉCHAL Alexandra - 19
D^r SENNINGER Franck - 65, 66
SERRE Lucette - 65, 66

SIMONOT Mélissa - 36
SITBON Murielle - 36
SMAHI CUZIN Manon - 18
de SMEDT Marc - 80
SOLTER Aletha - 58, 59
SOTTO Floréal - 16, 61
SOUICH Lionel - 44
SOULET-CLIJSSEN Claire Jeanne - 28, 37
SPILER Pascal - 60
D^r SPRIGG Richard - 41
STALLAERT Sandra - 45
STANISLAS MARTIN Virgile - 72
D^r van STAPPEN Anne - 7, 19, 20, 23, 26, 77, 78, 80, 81, 84, 85
D^r STÉFANINI Philippe - 51, 53
STETTLER Olivier - 67, 68
STETTLER Sandra - 67, 68
STUDIO Salty - 37

T

TABI Eugénie - 49, 51
TAQUET Hélène - 54, 82
TERRIEN Vincent - 37
TEYSSÉDRE Mary Laure - 15, 17, 20, 69, 70, 72
THALMANN Yves-Alexandre - 9, 16, 17, 18, 19, 69, 73, 76, 77, 80, 81, 84, 85
THOMAS Marie-Geneviève - 70, 75, 77
THORPE Rufi - 89

TIBERGHIE Claire - 51
TIDIMAN Denise - 27
TISSIER Christophe - 12
TOUATI Céline - 46, 51
TRACY Serge - 47
TRÉLAÛN Maïtie - 19
TRIPPI Carlo - 58, 59, 76
TURQUET Emmanuelle - 17
TU-SAINT GIRONS Fencienne - 42

U

UGHETTO Alexandra - 17

V

VALENTIN Stephan - 75
VASEY Catherine - 12
VASEY Christopher - 40, 41, 42, 43, 45, 46, 53, 67, 82
VEGA Noémie - 42
VERSI Camille - 91
VERTANESSIAN DE BOISSOUDY Florence - 17, 18, 20, 85
VERTANESSIAN DE BOISSOUDY Mazarine - 20
VIBES Chloé - 37
VIDAL Christian - 33, 35, 36
VIDAL Julien - 55
VIDAL-GRAF Carolle - 12, 62

VIDAL-GRAF Serge - 12, 62
VINH THO Ha - 62
VIRBEL ALONSO Christine - 54, 55, 64
VORGER Elina - 17, 18, 81, 85

W

WATS Isabelle - 85
D^r WILHELM DE TOLEDO Françoise - 44
WILHELM Raimund - 51
WILK Katarina - 52, 39
WILLEMSE Myriam - 51, 53
WILLIAMS Marta - 35
WORROLL Jane - 55

Y

YATES Suzanne - 80
YONGDROUP T. K. - 29, 36
YOUTSI FAUCHON Estelle - 85

Z

ZALBERG Carole - 88
ZANUS Jean-Dominique - 18
ZEITLINE Julie - 20
Z'GRAGGEN Jocelyne - 20
ZIEBELEN Tamara - 81

3, 2, 1... climatarien-ne - 55
 3 jours de jeûne, c'est parti ! - 45
 5, 4, 3, 2, 1 j'arrête de fumer ! - 51
 Les 5 blessures de l'âme - 70
 Les 5 piliers de la santé - 45
 Le 5^e Accord toltèque (format poche)- 4
 Le 5^e Accord toltèque (version illutrée)- 5
 Les 7 étapes du lâcher-prise - 19
 Les 7 Lois spirituelles du succès - 14
 Les 7 péchés capitaux de notre alimentation - 66
 Les 9 accords du couple allié® - 29
 Les 9 clés du Dharma - 34
 Les 9 perles de la déesse - 19
 Les 10 cerveaux de la naturopathie - 42
 10 étapes clés sur le chemin du bonheur - 16
 10 minutes par jour pour penser moins mais mieux - 8
 10 pratiques écolo au jardin - 66
 Les 10 qualités cachées de nos enfants les plus sensibles - 60
 10 respirations thérapeutiques au service de votre santé - 51
 10 road trips en van - 66
 10 stratégies pour faire parler son homme - 59

Les 12 besoins essentiels de l'être humain - 10
 12 huiles essentielles pour mon chien - 42
 Les 12 lois du karma (format poche) - 34
 Les 12 lois du karma - 37
 12 mois pour se reconnecter à soi - 16
 12 outils pour capter l'attention des enfants - 74
 21 jours pour lâcher prise, c'est parti ! - 16
 21 jours pour réguler son stress et son sommeil - 51
 30 + 1 idées de pause en tout lieu, à tout moment - 72
 30 activités théâtrales pour l'épanouissement des enfants - 59
 30 enseignements zen des maîtres du thé - 36
 40 activités pour renforcer son courage social - 61
 40 plantes aromatiques faciles à cultiver - 55
 45 plantes sauvages à récolter et déguster - 54
 50 astuces pour que mon enfant mange des fruits et des légumes - 59
 50 super activités pour cultiver la patience en toutes circonstances - 16

52 pauses créatives et ludiques pour les enfants - 59
 60 activités pour mes petits rois de la récup' - 59
 60 jeux éducatifs à partager avec les enfants - 75
 60 pratiques de méditation de pleine conscience - 72
 60 recettes réconfortantes de votre naturopathe - 51
 100 citations pour réussir dans la vie ! - 72
 100 conseils spirituels pour être heureux - 16
 100 livres qui changent la vie - 14
 365 jours pour éveiller les ressources qui sont en vous - 16
 365 méditations et exercices de pleine conscience - 16
 365 messages de la Roue de Médecine chamanique - 36

A

Accepter ce qui est - 71
 Accompagner l'adolescence - 59
 Accompagner la scolarité - 59
 Accompagner les enfants avec Ho'oponopono - 8

Accompagner son enfant zèbre : à haut potentiel, hypersensible ou Asperger - 59
 Accompagnez votre SOPK au naturel - 40
 Accueillir les insectes dans mon jardin - 55
 Achète-toi toi-même ces p*taïns de fleurs (format poche) - 14
 Achète-toi toi-même ces p*taïns de fleurs - 38
 Acidose et mucose toxiques - 42
 Acroyoga : postures et principes de base - 51
 Acroyoga avec mon enfant - 59
 Les Actes symboliques - 19
 Activer ses talents de médium - 31
 Les Additifs alimentaires - 45
 Adieu la culpabilité - 11
 À Emilia - 26
 L'Agence des miracles - 26
 Agenda perpétuel écoféministe - 64
 Agir pour un monde durable - 61
 L'Ail et ses bienfaits - 65
 Aimer vieillir : la révolution de la médecine anti-âge - 51
 Air Fry ta vie ! - 44
 À la recherche du féminin perdu - 17
 À l'écoute de mon Bébé - 59
 À l'écoute des plantes - 55
 Les Algues de A à Z - 52

INDEX DES TITRES

Algues faciles - 45
Alignement - Centrage - Ancrage -
Enracinement - 15
Alimentation sans gluten ni laitages
- 44
L'Allaitement maternel - 75
Allaiter plus longtemps - 59
Allaiter, c'est bon pour la santé - 75
L'Allégorie des truites arc-en-ciel - 89
Alzheimer, gardez le contact ! - 59
Les amants du ciel se retrouvent
toujours ici-bas - 26
Améliorer sa qualité de vie grâce
à la géobiologie - 17
Aménager son van de A à Z - 64
Les Âmes du temps perdu (format
poche)- 25
Les Âmes du temps perdu - 27
L'Amour au temps du swipe - 57
L'Amour est dans les lignes de la main
- 33
Amour, Frottis et Papillomavirus - 68
Amour, Whisky & Étiquettes - 26
L'Analyse transactionnelle au quotidien
- 69
Ancêtres : retrouver la sérénité en
se reconnectant à ses racines - 28
L'Ancrage énergétique - 69
Animer un atelier d'art-thérapie - 12
Anti-candida - 45

L'Anti-Guide de développement
personnel - 18
Antidépresseurs, anxiolytiques,
somnifères... - 51
Anxiété, stress ? Je gère ! - 71
Apaiser le mental - 17
Apaiser les conflits - 72
Apprendre à s'aimer (version
illustrée)- 17
Apprendre à s'aimer - 70
Apprivoiser la tendresse - 17
Apprivoiser ses complexes - 72
Les Archétypes - 19
L'Argile facile - 68
Arrêter de tout contrôler - 17
L'Art d'écouter - 72
L'Art d'être sirène dans un monde
de requins - 9
L'Art d'influencer avec intégrité - 72
L'Art de jeûner - 44
L'Art de la marche - 68
L'Art de la réconciliation - 72
L'Art du couple - 58
L'Art-thérapie au quotidien - 72
Arthrite et arthrose : prendre soin
de ses articulations à l'aide
de la naturopathie - 42
Arthroses, arthrites et rhumatismes - 51
Astro : le livre du Feu - 36
Atelier d'écriture du matin - 17

Atelier d'écriture du soir - 17
Attirer l'amour par la loi de l'attraction
- 17
Attirer le meilleur à soi - 17
Au cœur de la codépendance - 17
Au cœur de nos vies antérieures - 36
Au cœur des Shanenawa - 36
Au diable la culpabilité ! - 16
Au-delà de la peur - 4
Aucune rencontre n'arrive par hasard
- 16
L'Audace d'aimer : une voie vers
la liberté intérieure - 37
L'autisme est mon super-pouvoir - 39
Auto-coaching au quotidien - 72
Auto-empathie - 72
Autohypnose : libérez-vous des maux
du quotidien - 17
Automassages du soir - 51
L'Avènement d'Homo Cooperatus - 62
Aventures animales - 55
Ayurvéda : mes rituels beauté - 51
Ayurvéda : mon programme
automne-hiver - 51
Ayurvéda : mon programme
printemps-été - 50

B

Les Bains dérivatifs - 41

Les Bases spirituelles de la
Communication NonViolente - 6
La Beauté du visage - 47
La bible des couleurs - 18
Le Bicarbonate de soude, c'est parti !
- 64
Bicarbonate de soude, citron, vinaigre,
argile, miel, sel : Les 6 produits
miracles - 45
Bien communiquer avec son enfant - 74
Bien comprendre les besoins de
votre enfant - 59
Bien dans mon corps après bébé - 75
Bien dormir, enfin ! - 68
Les Bienfaits des vers de terre
au jardin - 56
Boissons santé au fil des saisons - 44
Le Bonheur du jeûne - 51
Le Bonheur National Brut - 62
Le Bonheur, ça s'apprend - 72
La (Bonne) Santé des enfants
non vaccinés - 60
Les Bonnes plantes pour ma haie
sauvage - 56
Boostez votre créativité... - 72
Bore-out / Brown-out, c'est fini ! - 17
La Boutique des cœurs à réparer - 23
La Branche argentine - 88
Brigitte à la mer - 83
Brigitte à la neige - 83

Brigitte et les montagnes russes - 83
 Brigitte se (re)met au sport - 83
 Brille dans ta p*tain de nuit - 39
 Burn-out : le détecter et le prévenir - 12

C

C'est le chaos là-haut ! - 47
 Ça crée - 36
 Ça ne se fait pas d'en parler - 39
 Ça va aller ! - 38
 Ça va merveilleusement bien - 39
 Le Café des âmes sensibles - 24
 Le Cahier d'activités des gardiennes spirituelles - 37
 Le Cahier d'activités des sorcières modernes - 37
 Calmer les douleurs par la naturopathie - 40
 La Candidose chronique - 51
 La Captive de Dunkelstadt - 92
 Les Carences, c'est fini ! - 40
 Carpe diem du matin - 17
 Carpe diem du soir - 17
 Cartes-messages pour libérer son Enfant intérieur - 17
 Cat power - 11
 Les Causes cachées des maladies - 52
 Ce bouquin est moins cher qu'une thérapie - 9

Ce fil qui nous relie - 26
 Ce sera lui - 26
 Célébrer la grossesse et la naissance - 59
 Le Célicouple - 57
 Celle qui écrivait des poèmes au sommet des montagnes - 26
 Celui qui était différent - 26
 Ces fausses victimes qui nous manipulent - 71
 Ces mots que nous pouvons dire à nos défunts - 32
 Cette fois, c'est la bonne ! - 17
 Cette lumière en moi - 17
 Chakras & Business - 36
 Le Chaman du Pacifique - 25
 Changer de vie et devenir coach - 72
 Changer sa vie - 17
 Changer son rapport à l'argent - 17
 Le Chant des cigales après la pluie - 26
 Le Charme des fantômes trop bavards - 26
 Chasser les mangeurs de temps - 72
 Chatons abandonnés : comment en prendre soin ? - 64
 Chemin de résilience dans l'épreuve - 17
 Chic, des « mauvaises » herbes dans mon jardin ! - 55
 Chic, j'ai 40 ans ! - 17
 Le Chlorure de magnésium - 67
 Le Choix des huiles essentielles - 42

Les Chroniques de Double-clic - 39
 La Clé de soi : l'art des objectifs pour accomplir son potentiel - 18
 Clés pour un monde meilleur - 72
 Coacher son ado - 75
 Coachez votre créativité - 72
 Le Cododo : pourquoi, comment - 75
 Coffret : Les Accords toltèques - 5
 La Colère, cette émotion mal aimée - 12
 Coloriages magiques pour avoir la confiance d'un lion - 23
 Comment agir face aux gens en colère - 10
 Comment attirer l'argent et l'abondance - 72
 Comment ça va aujourd'hui ? - 39
 Comment j'ai arrêté de travailler pour mieux me réinventer - 39
 Comment j'ai jeté mes joints pour des vœux de nonne à 23 ans - 34
 Comment j'ai résolu l'épineux problème du changement climatique (et trouvé l'amour) - 26
 Comment se dire adieu... - 17
 Comment trouver son chemin spirituel - 36
 La Communication animale intuitive - 35
 La Communication BienVeillante - 7
 La Communication NonViolente au quotidien - 6, 70

Communiquer avec son ange gardien - 32
 Communiquer intuitivement avec les animaux - 32
 Communiquer par signes avec Bébé - 59
 La Compassion pour seul bagage - 72
 Les Compléments alimentaires naturels - 42
 Compresses et cataplasmes - 42
 Les Compulsions alimentaires - 68
 Conception, naissance, karma, renaissance - 34
 Confectionner 20 remèdes naturels - 68
 Confidences d'une ex-accro des régimes - 39
 La Connexion perdue - 35
 Conseils de fées : le coffret - 17
 Les Constellations familiales - 74
 Construire sa santé - 51
 Construire un couple conscient - 76
 Consultation intérieure - 17
 Contes médiumniques de nos guides spirituels - 36
 Conversations magiques avec nos guides - 36
 La Coopération positive au travail et dans vos relations - 18
 Corps libre, cœur sauvage - 10

INDEX DES TITRES

Le Couple ouvert : regard sur un phénomène émergent - 62

Le Courage - 36

La Crème Budwig - 45

Les crises d'angoisse et de panique, c'est fini ! - 12

Croire en soi - 70

Cuisine végétarienne rapide - 66

Cuisine-thérapie : dis-moi comment tu cuisines et je te dirai qui tu es ! - 17

Cumulo au royaume des larmes - 23

Cumulo et l'étoile qui voulait briller - 23

La Cure de raisin - 67

Les Cures de santé - 46

D

Daishizen - 17

Dans mes écouteurs - 89

Daronne et lesbienne - 58

De la cueillette à l'assiette - 51

De la graine aux semences - 55

Déchire ton CV et fais la différence - 72

Décodez votre cerveau - 17

Découvrir et accueillir sa part d'ombre - 72

Décrypter l'avenir - 36

Les Défis de l'homme de 50 ans et plus - 52

Déjouer les sortilèges du mental grâce aux pouvoirs de l'esprit - 17

Dénouer les conflits par la Communication NonViolente - 7

Dépasser son sentiment d'insécurité - 72

Déployer son énergie sans disjoncter - 17

Les dérèglements de la thyroïde, c'est fini ! - 49

Le Dernier Dîner - 26

Des constellations familiales aux constellations de vie - 17

Des orchidées sauvages dans mon jardin - 55

Des plantes médicinales dans mon jardin - 55

Le Destin n'a pas toujours tort - 27

Détox - 42

La Détox holistique - 42

Détoxication optimale - 42

La Détoxination par paliers - 67

Développer l'empathie chez les enfants - 75

Développer le lien parent-enfant par le jeu - 59

Développer son mental pour se remettre au sport - 68

Devenez génial - 14

Devenez pionnier du nouveau monde - 61

Devenez un champion de la négociation - 72

Devenir âme sœur - 76

Le Dien' cham' - 49

Dieu, la source et l'univers philosophal - 35

Donne-moi des Elles - 17

Donner du sens à sa vie - 72

E

Les Eaux de détox - 42

L'Écho des souffrances silencieuses - 26

Éclats de vie en 60 poèmes - 17

Écllosion : se reconnecter à son corps et aux émotions grâce au mouvement - 17

Les écoliers du bonheur - 19

Écolo à la maison - 66

Écolo au boulot - 66

Écoute-toi de tout ton corps - 18

*Écris tes p*taïns de pages du matin* - 39

Éduquer les enfants avec la psychologie positive - 59

Éduquer sans punitions ni récompenses - 74

L'EFT - 15

Élever nos enfants avec bienveillance - 74

Embrasse le pouvoir des astres - 36

Émotions - 36

Émotions et fleurs de Bach - 68

Émotions et huiles essentielles - 18

Émotions, mode d'emploi (version illustrée) - 18

Émotions, mode d'emploi - 69

En finir avec la sous-respiration - 51

Encyclopédie des points qui guérissent - 51

Enfin à ta place : ose vivre selon tes propres rêves ! - 18

Enfin libre d'être soi-même (format poche) - 18

Enfin libre d'être soi-même ! - 18

Ennéagramme : des clés pour se comprendre - 15

Enseigner avec bienveillance - 74

Entre deux royaumes - 39

Entretenir son immunité pour se prémunir des virus - 42

L'Équilibre acido-basique - 41

Équilibre et méditation par les plantes - 51

Éros - 5

L'Errance médicale chez les femmes - 51

L'Esprit de ma cafetière ou comment tout dans l'univers possède une forme de mentalité - 37

L'Essence d'Ho'oponopono - 8

L'Essentiel de la PNL - 72

L'essentiel du lâcher-prise - 18
L'Estime de soi - 71
Estime de soi, confiance en soi, amour de soi - 71
Et ainsi coule la rivière - 18
Et la vie repart à petites foulées - 26
Et si c'était le gluten ? - 65
Et si j'étais plus - 18
Et si j'étais plus (format poche) - 18
Et si on s'écoutait ? - 7
L'Éthique de la joie avec Spinoza - 18
Les Étoiles du silence - 89
L'Étonnant pouvoir de la joie - 10
Être en bonne santé grâce au nerf vague - 48
Être en harmonie, oublier ses soucis, simplement vivre - 36
Être en pleine conscience - 36
Être mère sans s'oublier - 74
Être mère sans s'oublier : l'oracle - 59
Être parent avec son cœur - 75
Être proche-aidant, c'est apprendre à danser sous la pluie - 18
Être vraiment soi, aimer pleinement l'autre ! - 6
Éveiller nos enfants à leur spiritualité - 59
Expérimenter le voyage astral - 32
Explore-toi - 18
Extraordinaires émotions - 18

F

Fables d'aujourd'hui - 18
La Fabuleuse Histoire des plantes poisons - 54
Le Fabuleux Carnet des cœurs perdus - 27
Les Fabuleux Pouvoirs de la psychologie positive - 69
Faire changer les autres sans les manipuler - 18
Faire évoluer son âme grâce aux messages cachés des contes - 32
Faire face au deuil animalier - 64
Faire la paix avec la terre - 18
Faire les bons choix grâce au Yi-King - 32
Faire ses cosmétiques naturels - 64
Faire ses savons naturels - 64
Fais de l'hiver ton deuxième été - 18
La Famille s'agrandit - 60
Fascias libérés, santé retrouvée - 68
Femme atypique (format poche) - 11
Femme atypique - 13
Femme aux multi-potentiels - 13
Femme hyper-passionnée - 13
Les Fins de mois difficiles, c'est fini ! - 64
Flammes jumelles : vivre une relation karmique initiatique - 31

Fonce corps et âme ! - 39
La Force de la douceur - 11
Fukko, les 12 secrets des Japonais - 10

G

Gagnez 15 % de votre temps - 64
Génération écoconnectée - 55
Genki, les dix règles d'or des Japonais - 15
La Géobiologie par soi-même, c'est parti ! - 19
Gérer ses émotions - 71
Gérez votre équilibre acido-basique - 42
Les Graines Germées de A à Z - 46
Le Grand Cahier d'exercices des gens heureux - 80
Le Grand Livre de Ho'oponopono - 8
Le Grand Manuel des fleurs de Bach - 41
Grand manuel pour fabriquer ses remèdes naturels - 48
Le Grand Oui à la vie ! - 70
Grandir en conscience par la thérapie Imago - 59
Grandir et guérir grâce au couple - 76
La Gratitude - 72
La Green Food en famille - 45
Grimoire moderne : 50 recettes naturelles - 51
La grippe ? Pas de panique ! - 68

Grossesse et huiles essentielles - 51
Guérir d'un chagrin d'amour - 76
Guérir par l'Amour - 18
Guérir ses blessures d'âme avec les annales akashiques - 32
Le Guide 100 % pratique du voyage au tambour - 37
Le Guide de médecine intégrative par les plantes - 51
Le Guide des petits aventuriers de la forêt - 55
Le Guide du flux libre instinctif - 48
Guide pratique de la séparation - 59
Guide pratique de yoga des yeux - 51
Le Guide pratique du cueilleur de champignons - 56
Guide pratique pour devenir la fée du cottage - 64
Gym douce et yoga sur une chaise - 47

H

Happy mamie - 59
Happy veggie - 45
Harmonie : élever sa vibration et révéler sa fréquence personnelle - 31
Healthy routines du matin - 51
Les Hémorroïdes, c'est fini ! - 42
Hiver green - 55
Ho'oponopono - 8

INDEX DES TITRES

Homéopathie familiale - 42
Les Hommes ne quittent jamais
leur femme - 57
L'Hôtel des cœurs brisés - 9
Huiles essentielles : ma pharmacie
au quotidien - 67
L'Humanité à la croisée des chemins - 62
L'Hydrothérapie du côlon - 42
Hypersensible et bien dans ma peau - 16

I

Il n'est pas trop tard pour naître - 18
Il n'y a pas de problèmes, il n'y a que
des solutions - 72
Il suffit d'une cerise sur le gâteau - 26
Imagine demain - 55
Les Incroyables Vertus des jus
de légumes - 46
Les Incroyables Vertus du bicarbonate
de soude - 64
Les Incroyables Vertus du curcuma - 46
Les Incroyables Vertus du gingembre
- 46
Les Incroyables Vertus du régime crétois
- 46
L'Index glycémique - 44
Les Infections Sexuellement
Transmissibles comme on ne vous
en a jamais parlé - 52
Infertilité : mon guide vers l'espoir - 59

Inflammation chronique de l'organisme :
la comprendre et la gérer - 42
Influenceur-se engagé-e - 55
Les Intolérances alimentaires,
c'est fini ! - 46
Introspection : jeu de cartes
thérapeutiques - 18
Intuition et prise de décision - 72
Inventer des histoires pour les enfants
- 75
Itinéraire d'un possibiliste - 61

J

J'accompagne les émotions de
mon enfant - 59
J'achète moins, je vis mieux,
c'est parti ! - 64
J'ai confiance en toi - 59
J'ai des talents formidables ! - 72
J'aime mes hormones - 51
J'arrête de tout remettre à demain - 72
J'évacue les perturbateurs
endocriniens, c'est parti ! - 51
J'éveille mon pouvoir d'(auto)guérison
- 18
J'initie mon enfant au yoga - 59
J'optimise mon cycle féminin - 18
J'ose être qui je suis - 18
Le Jardin à la conquête des balcons - 56
Jardiner avec ma tribu - 55

Je booste ma concentration - 18
Je crée mes cosmétiques à base
d'huiles essentielles - 42
Je cuisine les légumes de mon potager
- 55
Je détoxique mon foie, c'est parti ! - 42
Je deviens papa, c'est parti ! - 59
Je fais mes aliments lacto-fermentés,
c'est parti ! - 51
Je guéris du vaginisme, c'est parti ! - 49
Je mange moins de sel, c'est parti ! - 45
Je mange sainement au quotidien,
c'est parti ! - 45
Je mérite, tu mérites, elles méritent...
le guide de l'entrepreneuriat au
féminin - 18
Je ne l'ai jamais dit à personne - 18
Je nettoie vos sols et ramasse
vos silences - 87
Je pratique le yoga tout au long
de l'année - 51
Je reconstruis ma flore intestinale,
c'est parti ! - 42
Je rumine moins, c'est parti ! - 18
Le Jeu des possibles - 24
Jin Shin Jyutsu - 48
La Joie de vivre selon Épicure - 19
La Joie des amants - 58

K

Kousmine au gré des saisons - 66
Kousmine au quotidien - 65
Kousmine gourmande - 45

L

Lâcher prise - 71
Le Lâcher-prise selon Épictète - 19
Lady Orgueil et Mister Préjugés - 91
Lait de vache : blancheur trompeuse - 66
La Land-art thérapie, c'est parti ! - 19
Légendes et messages des pierres
thérapeutiques - 33
La Lettre à Lila - 26
Lettre à un jeune méditant - 19
Libérez votre potentiel grâce au Human
Design - 36
La Liberté - 15
Le Libre-échange remis en cause - 62
Le Livre (très sérieux) du cannabis - 51
Le Livre (très sérieux) du clitoris - 52
Le Livre de développement personnel
dont vous êtes le héros - 19
Le Livre de l'Avent des Queens - 9
Le Livre des secrets de famille - 9
Le Livre noir du coton-tige - 52
Le Livre très sérieux du caca - 52
Loi de l'attraction : mode d'emploi - 16

Les lois du miroir : créez la vie que vous désirez - 19

Lucien et la fée du sommeil - 23

La Lumière de l'ennéagramme - 33

Lunch box veggie - 46

Le Lundi, c'est happy ! - 19

M

Ma bulle bien-être du soir - 52

Ma médecine chinoise au quotidien - 67

Ma naturo spéciale bons vivants - 42

Ma penderie éthique - 64

Ma phyto au féminin - 42

Ma quête de sens - 72

Ma révolution sexuelle avec la symptothermie, c'est parti ! - 49

Ma séance express sur chaise : yoga et gym douce à la maison et au bureau - 68

La Magie des animaux de pouvoir - 37

La Magie des chats, les familiers des sorcières - 34

La Magie des rencontres et des découvertes heureuses - 72

La Magie des synchronicités - 19

La Magie des synchronicités - 19

Magnétisme et Santé - 42

Maigrir autrement, avec les TCC et le Mindful Eating - 73

Maigrir durablement - 66

Mais oui, installe-toi à la campagne ! - 64

La Maîtrise de l'amour - 3

La Maîtrise de l'amour (version illustrée) - 3

La Malédiction de Waterdown - 90

Mandalas bien-être Féminitude - 19

Mandalas bien-être Ho'oponopono - 19

Mandalas bien-être Joie de vivre - 19

Mandalas bien-être Lâcher-prise - 19

Mandalas bien-être Méditer dans la nature - 19

Mandalas bien-être Pratiquer la Communication NonViolente - 20

Mandalas bien-être Réveiller sa fée intérieure - 20

Manger bio, c'est pas cher - 66

Manger végane - 66

Mantras : ces formules sacrées qui transforment - 33

Manuel d'autohypnose - 20

Manuel d'autothérapie par l'écriture - 20

Manuel de Communication NonViolente - 7

Manuel de détoxification - 41

Manuel pratique d'EFT - 20

Marche et Méditation - 37

La Marche rapide - 68

Margo a des problèmes d'argent - 89

Marguerite ou les confidences d'une boîte à chaussures - 24

Massage détente - 68

Mastiquer, c'est la santé - 68

Maximes africaines - 37

Médecines douces pour animaux - 66

La médiation en pratique - 19

Méditation du matin - 20

Méditation du soir - 20

Méditation et pleine conscience : 7 étapes pour pratiquer - 52

Méditer avec les huiles essentielles - 52

Méditer avec ses enfants - 73

Méditer dans le métro, le bus, le tram - 73

Méditer en tout lieu, à tout moment - 73

Médium, tarologue, astrologue... comment vivre de la spiritualité - 37

Meneki : renforcez votre système immunitaire - 67

Ménopause : une transition réussie - 52

Merveilleuse naissance - 60

Mes 20 huiles essentielles indispensables - 52

Mes 50 super aliments + 1 - 46

Mes 7 familles Bien-Être - 20

Mes astuces anti-grignotage, c'est parti ! - 46

Mes cartes totems vibratoires - 37

Mes huiles essentielles à la maison, c'est parti ! - 64

Mes huiles essentielles en voyage - 42

Mes micro-organismes efficaces (EM) - 56

Mes notes de jardinage et d'autonomie alimentaire - 56

Mes nuits sauvages - 39

Mes nuits sauvages (format poche) - 55

Mes petites luxures à colorier - 60

Mes petits automassages bien-être - 67

Mes potions naturo bien-aimées au quotidien - 42

Messages créatifs de Coco Chanel - 92

Messages de vie : un condamné à mort témoigne (format poche) - 34

Messages de vie : un condamné à mort témoigne - 37

Messages de vos huiles essentielles - 32

Messages des grands maîtres spirituels - 33

Messages éclairés de Jane Austen - 92

Messages et symboliques des célébrations païennes - 33

Messages féériques du royaume des arbres - 37

Messages lumineux des sœurs Brontë - 92

INDEX DES TITRES

Messages secrets des book boyfriends - 92

La Méthode Kousmine - 41

Méthode Pilates pour enfants - 52

Meuf green - 56

Mieux se comprendre grâce au Cercle de famille - 75

Mieux vivre la ménopause grâce à l'alimentation - 44

Mille questions à mon gynéco - 49

Mission couple - 60

Moi, surdoué(e) ?! - 73

Moins d'écrans pour les enfants, c'est parti ! - 60

Mon alimentation santé facile :

À base de citron - 46

Acido-basique - 45

Anti-AVC - 46

Anticholestérol - 46

Brûler les graisses durablement - 46

Curcuma et gingembre, mes épices miracles - 46

desserts sans sucre raffiné - 46

paléo : sans gluten, laitages, sucre, soja - 45

Pauvre en FODMAPs - 52

Riche en micronutriments - 46

Salades santé - 46

Spécial sportifs - 46

Mon année 2025 avec les Quatre

Accords toltèques - 6

Mon baby planner - 60

Mon bien-être émotionnel avec les fleurs de Bach - 52

Mon cahier poche :

J'apprends à être bienveillant(e) envers moi-même - 84

J'apprends à gérer mon temps - 85

J'atteins la sagesse - 85

J'écoute ce que mon cœur veut vraiment - 85

J'évolue grâce aux personnes difficiles - 85

Je reste zen dans un monde agité - 85

Je capte, je renforce et j'entretiens l'attention des enfants - 85

Je cocoone ma maison et je déploie mes ailes - 85

Je concentre mon attention pour mieux profiter de la vie - 85

Je crée mon futur pour réaliser mes rêves - 85

Je cultive ma joie de vivre - 84

Je définis les couleurs de ma personnalité - 85

Je fais le choix de la psychologie positive - 85

Je fais le plein d'énergie ! - 85

Je gère les conflits - 85

Je gère mon stress - 85

Je m'affirme et j'ose dire non - 85

Je m'entraîne au bonheur - 84

Je m'exprime avec fermeté et bienveillance - 85

Je mange en pleine conscience - 85

Je me libère des poids qui me pèsent pour mincir enfin ! - 85

Je me prépare à la naissance en pleine conscience - 85

Je me reconstruis après un burn-out - 85

Je me révèle à moi-même - 85

Je mets du bonheur dans mon job - 85

Je ne me prends plus la tête au travail - 86

Je pratique l'art-thérapie - 84

Je pratique l'EFT - 86

Je pratique la Communication NonViolente - 84

Je rebondis après mon cancer - 86

Je rééquilibre mon alimentation - 86

Je sème et récolte l'amour - 86

Je souris même sous la pluie - 86

Je vis ma colère au positif - 84

Ma slow life : je lève (enfin) le pied - 86

Mon couple heureux - 86

Ni paillason, ni hérisson : je m'affirme - 86

Tout le monde dit que je maigris... je décide d'y réfléchir ! - 86

Mon drainage lymphatique - 67

Mon enfant et les huiles essentielles - 52

Mon enfant médite en pleine conscience - 60

Mon enfant, j'ai confiance en toi - 60

Mon fabuleux grimoire de l'Avent - 35

Mon grand guide de la ménopause et de l'andropause - 42

Mon grand guide de naturopathie - 42

Mon grand guide du nerf vague - 48

Mon grand manuel des huiles essentielles - 42

Mon gros cahier de rattrapage de développement personnel - 20

Mon guide naturo spécial enfants - 60

Mon jardin au service d'une biodiversité équilibrée - 56

Mon jardin de fleurs de saison - 54

Mon jardin mandala en permaculture - 56

Mon Magnétisme maison - 28

Mon manuel de gemmothérapie - 42

Mon massage relaxant des pieds - 52

Mon ménage green - 64

Mon planner de créateur - 20

Mon potager de fleurs comestibles - 56

Mon potager en permaculture, c'est parti ! - 56
Mon projet bébé - 60
Mon quotidien minimaliste - 63
Mon quotidien SUPER minimaliste - 63
Mon toit et moi : installer les bonnes énergies - 73
Morphopsychologie : le visage, miroir de la personnalité - 20
Les mots sont des fenêtres (ou des murs) - 7
La Mystérieuse Maîtresse aux petites graines - 22

N

La Naissance autrement - 60
La Nature férale ou le retour du sauvage - 55
Nature mystique - 56
La Nature, source spirituelle - 37
Naturopathie pratique - 43
Ne marche pas si tu peux danser - 26
Ne pleure plus, bébé ! - 75
Nettoyez bien, nettoyez écolo ! - 66
Les Neuf Leçons du guerrier maasai - 27
Ni punir, ni laisser faire - 60
Le Noël où j'ai décidé de m'ouvrir à la vie - 27
Nomades, sauvages et parents - 39

Le Non-Jugement, de la théorie à la pratique - 19
Nos 7 formes d'intelligence - 73
Notre cœur sait qu'un monde plus beau est possible - 62
Nourrir sa famille grâce à son potager - 56
Nous arriverons à nous entendre ! - 73
Numérologie : réveillez vos super-pouvoirs - 31

O

Objectif : la liberté financière - 20
Oméga-3 - 46
On n'est jamais à l'abri... d'une nouvelle joie - 27
On peut se remettre de tout - 20
Onirothérapie : jouer avec ses rêves pour mieux vivre la réalité - 20
Oracle Book - 37
L'Oracle de la 9^e lune - 37
L'Oracle de la balance - 30
L'Oracle des gémeaux - 29
L'Oracle des mouvements guérisseurs - 37
L'Oracle des poissons - 30
L'Oracle des Quatre Accords toltèques - 5
L'Oracle du 5^e Accord toltèque - 5
L'Oracle du bélier - 30

L'Oracle du cancer - 30
L'Oracle du capricorne - 30
L'Oracle du sagittaire - 29
L'Oracle du scorpion - 30
L'Oracle du taureau - 29
L'Oracle du verseau - 30
Oser changer sa vie - 20
Oser courir sa vie - 52
Oser la douceur - 20
Oser la ferme florale - 54
Oser la liberté - 73
Oser montrer ses faiblesses - 73
Oser parler en public - 73
Osez la lumière ! - 10
Ouvrir les portes de ses vies antérieures - 33
Ouvrir son 3^e œil - 33

P

P.C.E. Apprivoiser ses émotions avec les fleurs de Bach - 82
P.C.E. câlins coquins pour s'amuser à deux - 81
P.C.E. Cultiver sa joie de vivre au quotidien - 80
P.C.E. d'art-thérapie pour écouter et soulager les maux du corps - 82
P.C.E. d'ayurvêda - 83
P.C.E. d'estime de soi - 79

P.C.E. d'hypnose - 80
P.C.E. d'intelligence émotionnelle - 79
P.C.E. de bienveillance envers soi-même - 77
P.C.E. de communication non verbale - 80
P.C.E. de Communication NonViolente avec les enfants - 81
P.C.E. de Communication NonViolente® - 78
P.C.E. de désobéissance civile - 80
P.C.E. de gentillesse - 80
P.C.E. de ma révolution intime - 83
P.C.E. de morphopsychologie - 80
P.C.E. de naturopathie - 82
P.C.E. de pensée positive 2.0 - 80
P.C.E. de pleine conscience - 79
P.C.E. de psychogénéalogie - 77
P.C.E. de rééquilibrage alimentaire et émotionnel - 83
P.C.E. de spiritualité aussi simple qu'une tasse de thé - 81
P.C.E. de stimulation des forces de guérison par l'amour - 80
P.C.E. Dépasser ses frustrations - 80
P.C.E. des femmes atypiques - 80
P.C.E. des fleurs à (s')offrir - 82
P.C.E. des thérapeutes - 80
P.C.E. du lâcher-prise - 79

INDEX DES TITRES

P.C.E. du pardon selon Ho'oponopono - 80
P.C.E. Être dans le flow grâce à la sophro - 82
P.C.E. Guérir par l'énergie, la méditation et la thérapie - 81
P.C.E. La gratitude - 80
P.C.E. Lever les obstacles à la perte de poids - 83
P.C.E. Méditer au quotidien - 80
P.C.E. pour accueillir le divin en soi - 81
P.C.E. pour aider son enfant à écouter et transformer ses émotions - 80
P.C.E. pour apprendre à s'aimer, à aimer et pourquoi pas à être aimé - 80
P.C.E. pour convaincre facilement et dans toutes les situations - 80
P.C.E. pour découvrir ses talents cachés - 77
P.C.E. pour écouter ses besoins profonds - 78
P.C.E. pour en finir enfin avec la cigarette - 82
P.C.E. pour être sexy, zen et happy - 80
P.C.E. pour identifier les blessures du cœur - 80
P.C.E. pour les mamans d'étoiles - 81
P.C.E. pour mieux s'organiser et vivre sans stress - 78
P.C.E. pour pratiquer Ho'oponopono - 79

P.C.E. pour pratiquer la loi de l'attraction - 81
P.C.E. pour réguler son poids selon les thérapies comportementales et cognitives - 83
P.C.E. pour rester zen dans un monde agité - 80
P.C.E. pour réussir ses tirages de cartes - 81
P.C.E. pour réussir un entretien d'embauche - 80
P.C.E. pour s'affirmer et (enfin) oser dire non - 81
P.C.E. pour se faire des ami(e)s et développer ses relations - 81
P.C.E. pour se libérer de l'alcool - 78
P.C.E. pour se libérer de ses peurs - 77
P.C.E. pour se relever d'un échec - 81
P.C.E. pour sortir du jeu victime, bourreau, sauveur - 78
P.C.E. pour soulager les blessures du cœur - 78
P.C.E. pour surmonter la jalousie - 81
P.C.E. pour vivre sa colère au positif - 77
P.C.E. Réussir ses transitions de vie - 80
P.C.E. Se protéger du burn-out grâce à la Communication NonViolente - 80
P.C.E. Se réconcilier avec son corps - 80
P.C.E. Se relever d'une rupture sentimentale - 81

P.C.E. Soutenir un proche et prendre soin de soi - 80
P.C.E. Vivre libre et cesser de culpabiliser - 80
Le Palais d'Éros - 92
Par Don d'Amour - 20
La Parole du kayakiste - 61
Pardonne et se pardonner - 43
Partez à la conquête de votre voix - 20
La Pause de 90 secondes - 68
Pensées bienveillantes à s'offrir et à offrir - 37
Les pensées négatives, c'est fini ! - 19
La Performance : desserrer les freins, booster les ressources - 19
Périménopause - 39
Périménopause (format poche) - 52
La Permaculture en appartement - 55
Petit guide à l'usage des nouveaux parents - 75
Petit guide de l'allaitement pour la mère qui travaille - 60
Petit traité de contre-manipulation - 73
Petit traité de naturopathie - 43
La Petite Pharmacie familiale en naturopathie - 42
La Petite Poule et l'Œuf cabossé - 22
Petites fleurs du cœur pour grandir au fil des jours - 20
Petites graines de bonheur - 20

Les phobies, c'est fini ! - 19
Pilates au mur et avec chaise - 47
Pilates du matin - 52
Pilates du soir - 52
La Pilule contraceptive, c'est fini ! - 51
Plaidoyer pour une dimension psychologique et spirituelle de la retraite - 62
Planètes rétrogrades : le guide indispensable pour survivre, quel que soit l'alignement des planètes - 37
Planter des haies refuges pour les pollinisateurs - 56
Plantes d'intérieur et de santé - 66
Pleurs et colères des enfants et des bébés - 58
La Plus belle étoile, c'est toi - 19
Plus jamais victime - 73
La PNL au quotidien - 69
Porter bébé - 75
Les portes du Paradis sont fermées le lundi - 27
Poser des limites à son enfant - 74
Le Pouvoir de l'intention - 15
Le Pouvoir du symbole - 19
Pratique de l'auto-hypnose - 73
Pratique de la Communication NonViolente - 71
Pratique de la psychogénéalogie - 75
Pratiquer l'EFT avec les enfants - 20

Pratiquer la Loi de l'attraction au quotidien - 20
Pratiquer la magie blanche - 32
Pratiquer la magie verte - 33
Pratiquer le lâcher-prise au quotidien - 20
Le Premier Noël de Petit Lapin - 22
Les Premières Lunes de ma fille - 60
Prendre conscience de son énergie - 20
Prendre soin de sa maison (même en plein KO) - 64
Prendre soin de ses fascias - 52
Prendre soin de ses plantes d'intérieur - 56
Prendre soin de ses poules avec Papy Nounn - 54
Prendre soin de son corps pendant un cancer - 52
Prenez soin de vos intestins - 43
La Préparation mentale - 72
Préparer la plus belle des cérémonies laïques - 58
Le Présage des oiseaux - 87
Prévenir et vaincre la grippe - 67
Prévenir les accidents vasculaires par l'alimentation - 46
Prières et méditations pour s'ouvrir à l'amour et au bonheur - 3
Les Principes de base d'une alimentation saine - 42

Les Proches aidants - 62
La Promesse du silence - 26
Provoquer et décrypter ses rêves - 33
Psycho positive : mode d'emploi - 73
Psychologie positive : le bonheur dans tous ses états - 20
Psychothérapie : l'approche brève orientée solutions - 20
PTDR : Pour une Thérapie Du Rire - 39
Puisque l'eau monte - 88
La Puissance des symboles - 29

Q

Quand la girafe danse avec le chacal - 7
Quand le corps a soif... - 46
Quand les épinards préfèrent les agrumes au thé vert - 43
Quand un nouveau bébé arrive... - 75
Les Quatre Accords toltèques (format poche) - 3
Les Quatre Accords toltèques - 4
Les Quatre Accords toltèques transmis à mon enfant (format poche) - 5
Les Quatre Accords toltèques transmis à mon enfant - 6
Les Quatre Nobles Vérités et l'octuple sentier du Bouddha - 37
Qui aime bien, vaccine peu ! - 75

Quiches, tourtes et tartes à index glycémique bas - 46

R

Réaliser son autobilan de vitalité - 43
Recettes et astuces anti-ballonnements - 46
Recettes sans lait ni gluten pour petits et grands - 46
Recevoir les messages de l'Univers - 37
Redonner le pouvoir à sa fée intérieure et enchanter sa vie - 33
La Réduction de la dissonance cognitive - 19
Réduire les ondes électromagnétiques, c'est parti ! - 52
Réduire sa consommation de viande, c'est parti ! - 46
Réécris ton histoire (avant qu'elle flingue ta santé) - 11
Réenchanter notre relation au vivant - 62
Réflexe gainage et périnée du matin - 52
Réflexe gainage et périnée du soir - 52
Le Réflexe médicament, c'est fini ! - 42
Régénérez votre foie ! - 43
Les Régimes, c'est fini ! - 46
Réinventer sa vie est possible à tout âge - 20

Réinventons le faire ensemble - 61
Relax : j'arrête d'être une mère parfaite - 20
Relaxation et détente des enfants - 75
Remèdes maison - 66
Remèdes naturels de mon médecin de famille - 52
Renaître pour faire naître - 57
Renforcer l'immunité des enfants - 67
La Réponse apaisante au stress - 72
Réseau Royal - 91
Réseau Royal, tome 2 - Révolution - 91
Réseau Royal, tome 3 - Reconquête - 91
La Résilience - 69
Résilience : guide d'exploration de Conscience - 20
Respiration et Pranayama - 52
Respire et déploie ta puissance - 68
Respirer avec les arbres - 73
Respirez pour mieux vivre - 68
Les Ressources insoupçonnées de la colère - 70
Restaure ton corps - 52
Le Retour de l'oie blanche - 88
Retourner au travail après un cancer - 21
Retrouver confiance en soi et estime de soi, c'est parti ! - 21

INDEX DES TITRES

(Re)trouver l'énergie grâce à la cure de (re)vitalisation - 43

Réussir mes conserves maison - 55

Réussir sa déco pour être bien chez soi - 63

Réussir son couple - 76

Réussir son potager en pots - 66

Rêves et Intuition - 21

Rigolothérapie - 73

Rinki Ohen : l'art d'allier mission de vie et voie professionnelle - 21

Rituels de protection et nettoyage énergétique - 29

Rituels pour explorer en douceur la puissance de son féminin - 33

Rosebridge Academy - 90

Roule ma poule ! - 17

S

S'accepter pour être heureux - 73

S'affirmer et oser dire non - 69

S'épanouir - 21

S'épanouir avec la lune - 33

S'épanouir avec Mercure et vivre en pleine conscience (même pendant la phase rétrograde) - 33

S'initier à l'art des runes divinatoires - 32

S'initier à la magie égyptienne - 33

S'initier à la médecine japonaise - 52

S'initier à la méditation, c'est parti ! - 21

S'initier au tarot et pratiquer au quotidien - 33

S'ouvrir à l'amour et au bonheur - 6

S'ouvrir à soi grâce au pendule - 31

Le Sac à main d'une autre vie - 27

Sagesse et magie de la maîtrise de l'amour - 6

Sagesse et puissance de Ho'oponopono - 8

Sagesse et puissance de la Communication NonViolente - 7

Le Salon de thé du bonheur retrouvé - 24

La Santé par l'eau froide - 51

Satisfaire ses besoins, se libérer de ses frustrations - 43

Savoir décider ! - 73

Savoir écouter, ça s'apprend ! - 12

Scénario de vie gagnant - 73

Se baigner dans l'eau froide, c'est parti ! - 53

Se connecter à l'énergie des arbres - 33

Se déplacer et voyager sans stress - 73

Se débarrasser de l'inutile - 71

Se détoxifier au naturel par les plantes - 43

Se faire le cadeau du pardon - 73

Se faire marcher sur les pieds, c'est fini ! - 21

Se libérer de l'héritage invisible - 70

Se libérer de la constipation - 43

Se libérer de la dépendance affective - 21

Se libérer de nos démons - 73

Se libérer de son histoire familiale - 21

Se libérer du consumérisme - 62

Se libérer du regard des autres - 21

Se protéger des addictions aux écrans, c'est parti ! - 53

Se reconnecter à la nature par l'expression créatrice primitive - 21

Se reconnecter à son âme grâce à la visualisation - 21

Se reconnecter aux saisons - 53

Se relier à la sagesse des animaux totems - 33

Se relier au vivant par l'intuition - 37

Se soigner avec l'eau : bains (locaux, dérivatifs...), lavements, hammams, bouillottes... - 43

Se soigner par les ventouses - 53

Le Secret des automassages chinois - 67

Les Secrets d'un bon sommeil - 68

Les Secrets d'une bonne concentration - 19

Secrets de beauté naturelle - 53

Les Secrets de notre conscience - 37

Les Secrets de notre conscience - 37

Les Secrets de santé et bien-être de Sainte Hildegarde de Bingen - 50

Les Secrets du post-partum - 60

Secrets Toxiques - 62

La Sécurité affective de l'enfant - 60

Sème l'amour autour de toi - 23

Sensibiliser les enfants aux questions écologiques - 60

Sept jours pour vivre - 27

La Sexualité de l'homme après 50 ans - 76

Shadow work : notre âme nous guide à travers nos parts d'ombre - 33

Shuchuryoku : techniques mentales pour rester concentré sur ses objectifs - 21

Si tu veux, tous les deux, on pourrait rêver... - 27

Signes : interpréter les messages que nous envoie l'Univers - 31

La Slow Life en pleine conscience - 72

Soignez par l'énergie - 53

Soignez vos maux courants par la réflexologie faciale - 48

Soignez votre enfant par l'homéopathie - 75

Le Soleil brille toujours au-dessus des nuages - 24

Le Soleil de l'après-vie - 37

La solitude est un connard - 13

Sophro du matin - 53
Sophro du soir - 53
Sophrologie pratique au quotidien - 73
Sortir du triangle dramatique - 69
Soulager son syndrome prémenstruel - 68
Sous les arbres du destin - 25
Spécial dét看 - 53
La Spiritualité de la pleine conscience - 37
Sportif au naturel : de la performance à la récupération - 53
Stimuler sa fertilité, c'est parti ! - 53
Stimulez votre énergie vitale - 50
La Strip-teaseuse et le Chasseur de nuages - 26
Sucre et santé - 53
Supprimez rapidement vos douleurs par la technique des points trigger - 53
Sur le chemin des rêves (format poche) - 11
Sur le chemin des Rêves - 21
Surmonter l'adversité - 6
Surmonter les conflits relationnels - 21
Surmonter les incertitudes - 37
Sylphide - 92
Sylvothérapie : le pouvoir bienfaisant des arbres - 21

Sylvothérapie : le pouvoir bienfaisant des arbres - 21
Le Système lymphatique : votre nouvel allié santé (version illustrée) - 41

T

La Table des intolérants - 45
Le Tableau du Hampshire - 91
Technique et pratique du portage - 60
Le Temps de la douceur - 19
Le Temps de la douceur (version illustrée) - 19
Terrain acidifié - 43
La Terre est le plus bel endroit du ciel - 26
Thym : se soigner avec les plantes - 67
Tiny House - 56
Tisanes : guide pratique pour toute la famille - 46
Ton ange te guidera - 27
Tout ce que vous avez toujours voulu savoir sur Ho'oponopono - 21
Tout est énergie - 35
Tout savoir sur la respiration - 53
Toutes ces vies où nous nous sommes aimés (format poche) - 25
Toutes ces vies où nous nous sommes aimés - 27
Transfert et Contre-transfert - 47
Transformation - 21

Transformer sa vision du monde grâce à la permaculture - 56
Transformez votre stress en vitalité - 50
Les Transitions écologiques - 56
Transmettre les clés du bonheur - 60
Traverser l'épreuve en pleine conscience - 21
Les Trésors du cycle de la femme - 19
Les Trésors inépuisables de Mila - 23
Tricoter avec les poils de mon chien - 63
Les Troubles digestifs, c'est fini ! - 52
Trouvez votre mission de vie - 73
Tu es un cadeau - 23
« Tu vas regretter de ne pas avoir d'enfant » - 58
Tu veux vraiment t'installer à la campagne ?! - 39

U

Un autre regard sur la sclérose en plaques - 47
Un jour, le bonheur est parti : le livre qui apaise le chagrin des enfants - 22
Un jour, un défi - 73
Un monde heureux est (encore) possible - 62
Un plan de survie de l'humanité - 62
Un régime bon pour ma santé - 66

Un rituel zen par jour - 73
Un secret peut en cacher un autre - 27
Un tango pour Doro - 89
Une prairie fleurie dans mon jardin - 56
Une vie digne de votre potentiel - 21

V

Vaccinations : le droit de choisir - 60
Vaincre ses peurs, c'est parti ! - 21
Le Ventre : l'autre centre de nos émotions - 52
Les Vertus de l'ortie - 46
Les Vertus de la spiruline - 46
Les Vertus du chocolat - 66
Verveine odorante : se soigner avec les plantes - 67
Vibrations : se reconnecter à ses pouvoirs invisibles - 37
Victime, bourreau ou sauveur : comment sortir du piège ? - 12
La Vie sans couches - 75
Viens, on s'émerveille ! - 60
Le vinaigre santé - 65
Vis sans crainte, c'est encore mieux après - 37
Vitamine C - 66
Vivre au positif - 73

INDEX DES TITRES

Vivre avec un chat en appartement
- 64

Vivre l'impermanence selon Bouddha
- 21

Vivre la nature avec les enfants - 56

Vivre la pleine conscience en famille
- 60

Vivre le temps autrement - 73

Vivre les Quatre Accords toltèques au quotidien (format poche) - 5

Vivre les Quatre Accords toltèques au quotidien - 6

Vivre pleinement sa vie d'adulte malgré un abus dans l'enfance - 60

Vivre son deuil et croître - 11

Vivre son deuil et croître - 21

La Voie du toucher : une vision holistique du massage - 51

La Voix de la connaissance (version illustrée) - 4

La Voix de la connaissance - 4

Votre cerveau vous veut du bien - 21

Votre corps parle : écoutez-le ! - 73

Votre corps réclame de l'eau - 43

Votre santé par le Nordic Walking - 53

Votre santé se cache au cœur de vos cellules - 53

Vous êtes déjà le parent idéal - 60

Voyager en van - 64

Y

Yin Yoga : mon yoga douceur - 53

Yoga à la carte - 53

Yoga du matin - 53

Yoga du soir - 53

Yoga et rituels des 9 déesses - 37

Yoga kundalini du matin - 53

Yoga Vinyasa : une méditation en mouvement - 53

Yoni steam : un rituel féminin ancestral - 53

Z

Zen avec mon ado - 60

Zéro déchet, zéro gaspi - 46

Zéro déchet, zéro pression - 56