



Et si on arrêtait d'empoisonner nos enfants

Erwann MENTHEOUR

Télécharger

Lire En Ligne

Et si on arrêtait d'empoisonner nos enfants Erwann MENTHEOUR

[Download Et si on arrêtait d'empoisonner nos enfants ...pdf](#)

[Read Online Et si on arrêtait d'empoisonner nos enfants ...pdf](#)

Et si on arrêtait d'empoisonner nos enfants

Erwann MENTHEOUR

Et si on arrêtait d'empoisonner nos enfants Erwann MENTHEOUR

Téléchargez et lisez en ligne Et si on arrêtait d'empoisonner nos enfants Erwann MENTHEOUR

Format: Ebook Kindle

Présentation de l'éditeur

En 10 idées reçues, Erwann Menthéour nous dit toute la vérité sur ce qu'il y a vraiment dans l'assiette de nos enfants et donne toutes les clés aux parents pour déjouer les pièges et préserver leur capital santé.

Le titre de ce livre vous semble exagéré ? Trop alarmiste ? Pourtant, à voir le monde, on peut se demander si nous n'avons pas oublié que nous avions des enfants. L'environnement dans lequel nous les laissons grandir est de plus en plus toxique, c'est une évidence, et pourtant... si nous ne faisons rien, ce seront eux qui en seront les prochaines victimes. S'il faut choisir, c'est d'abord eux que nous devons protéger.

Livre après livre, Erwann Menthéour tire le signal d'alarme et démontre que les mots les plus durs sont parfois très en deçà de la réalité. Le danger n'est pas pour demain : des processus sont enclenchés, et nos enfants y sont déjà confrontés.

Des chiffres ?

- Rien qu'en Europe, 100 000 enfants meurent chaque année de maladies causées par l'environnement.
- Depuis trente ans sur notre continent, le nombre des cancers d'enfants a augmenté de 1,1 % par an.
- À l'échelle de la planète, on compte déjà plus de 42 millions d'enfants obèses (dont 35 millions vivent dans des pays en développement), sans parler du diabète, des allergies et des troubles des systèmes nerveux, reproducteurs, immunitaires...

Cette explosion des pathologies ne concerne pas que les enfants, évidemment : pour la première fois dans l'histoire de l'humanité, les générations à venir seront en moins bonne santé que celles qui les précèdent. Pour la première fois, l'espérance de vie s'est même mise à décroître. Alors, sommes-nous vraiment en train d'exagérer ?

Au-delà de son titre qui sonne comme un cri, *Et si on arrêtait d'empoisonner nos enfants ?* est un livre pour les enfants, mais à destination des parents. Erwann Menthéour nous démontre qu'un autre monde est possible. Il nous propose une autre vision, mais il nous donne surtout des moyens pour la faire advenir, des moyens simples, conçus une fois encore pour être à la portée de chacun : éducation, alimentation, prise en charge des pathologies ou bien des addictions, les parents y trouveront une somme de conseils pratiques et d'outils qui les aideront à mieux agir avec leurs enfants. Sur chaque sujet, le psychiatre Bernard Geberowicz leur délivrera les mots et les clés pour mieux communiquer. Sans jamais culpabiliser. Avec la satisfaction de voir que le changement est possible et, mieux encore, qu'il est à notre portée.

L'ambition de ce livre est de planter de nouvelles graines, les graines d'un monde meilleur, porté par des générations d'êtres libres, curieux et responsables. Tout simplement des gens heureux...

Présentation de l'éditeur

En 10 idées reçues, Erwann Menthéour nous dit toute la vérité sur ce qu'il y a vraiment dans l'assiette de nos enfants et donne toutes les clés aux parents pour déjouer les pièges et préserver leur capital santé.

Le titre de ce livre vous semble exagéré ? Trop alarmiste ? Pourtant, à voir le monde, on peut se demander si

nous n'avons pas oublié que nous avions des enfants. L'environnement dans lequel nous les laissons grandir est de plus en plus toxique, c'est une évidence, et pourtant... si nous ne faisons rien, ce seront eux qui en seront les prochaines victimes. S'il faut choisir, c'est d'abord eux que nous devons protéger.

Livre après livre, Erwann Menthéour tire le signal d'alarme et démontre que les mots les plus durs sont parfois très en deçà de la réalité. Le danger n'est pas pour demain : des processus sont enclenchés, et nos enfants y sont déjà confrontés.

Des chiffres ?

- Rien qu'en Europe, 100 000 enfants meurent chaque année de maladies causées par l'environnement.
- Depuis trente ans sur notre continent, le nombre des cancers d'enfants a augmenté de 1,1 % par an.
- À l'échelle de la planète, on compte déjà plus de 42 millions d'enfants obèses (dont 35 millions vivent dans des pays en développement), sans parler du diabète, des allergies et des troubles des systèmes nerveux, reproducteurs, immunitaires...

Cette explosion des pathologies ne concerne pas que les enfants, évidemment : pour la première fois dans l'histoire de l'humanité, les générations à venir seront en moins bonne santé que celles qui les précèdent. Pour la première fois, l'espérance de vie s'est même mise à décroître. Alors, sommes-nous vraiment en train d'exagérer ?

Au-delà de son titre qui sonne comme un cri, *Et si on arrêtait d'empoisonner nos enfants ?* est un livre pour les enfants, mais à destination des parents. Erwann Menthéour nous démontre qu'un autre monde est possible. Il nous propose une autre vision, mais il nous donne surtout des moyens pour la faire advenir, des moyens simples, conçus une fois encore pour être à la portée de chacun : éducation, alimentation, prise en charge des pathologies ou bien des addictions, les parents y trouveront une somme de conseils pratiques et d'outils qui les aideront à mieux agir avec leurs enfants. Sur chaque sujet, le psychiatre Bernard Geberowicz leur délivrera les mots et les clés pour mieux communiquer. Sans jamais culpabiliser. Avec la satisfaction de voir que le changement est possible et, mieux encore, qu'il est à notre portée.

L'ambition de ce livre est de planter de nouvelles graines, les graines d'un monde meilleur, porté par des générations d'êtres libres, curieux et responsables. Tout simplement des gens heureux...

Biographie de l'auteur

Ancien cycliste professionnel, **Erwann Menthéour** est spécialiste en nutrition et en techniques de préparation physique. Depuis plus de dix ans, il se focalise sur le bien-être et la santé durable. Fort de ses expériences de vie, il a créé la méthode Fitnext (www.fitnext.com), qui combat les idées reçues en matière de remise en forme. Il a publié chez Solar de nombreux best-sellers, comme la Méthode Fitnext, en 2011, *Et si on arrêtait de se mentir*, en 2014, *Et si on décidait d'aller bien*, en 2015, *l'Alimentation Fitnext, 100 recettes pour rester en forme*, en 2016. De nombreux médias font appel à ses expertises, en presse et en télévision.

Bernard Geberowicz est psychiatre, ancien psychiatre des hôpitaux, spécialisé en thérapie de couple et thérapie familiale, fondateur et corédacteur-en-chef de la revue Générations, et coauteur de plusieurs ouvrages.

Download and Read Online *Et si on arrêtait d'empoisonner nos enfants* Erwann MENTHEOUR

#G9COFSWA2Z6

Lire Et si on arrêtait d'empoisonner nos enfants par Erwann MENTHEOUR pour ebook en ligneEt si on arrêtait d'empoisonner nos enfants par Erwann MENTHEOUR Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Et si on arrêtait d'empoisonner nos enfants par Erwann MENTHEOUR à lire en ligne.Online Et si on arrêtait d'empoisonner nos enfants par Erwann MENTHEOUR ebook Téléchargement PDFEt si on arrêtait d'empoisonner nos enfants par Erwann MENTHEOUR DocEt si on arrêtait d'empoisonner nos enfants par Erwann MENTHEOUR MobipocketEt si on arrêtait d'empoisonner nos enfants par Erwann MENTHEOUR EPub

G9COFSWA2Z6G9COFSWA2Z6G9COFSWA2Z6