



Les recettes IG bas les plus faciles du monde...

Livres | Mallet, Jean-François (1967-....). Auteur | 2024

45 recettes compatibles avec un régime IG bas, à préparer rapidement avec seulement quatre à six ingrédients présentés visuellement : guacamole épicé, dhal de lentilles, cake aux blettes, curry aux oeufs, chou aux haricots, cabill...

[Plus d'informations...](#)



Du bon sens dans notre assiette : ce que nous...

Livres | Berthou, Anthony (1980-....). Auteur | 2023

Observant la hausse des intolérances alimentaires et des pathologies de civilisation, comme le diabète ou le cancer, le nutritionniste explique ces dérèglements par la désynchronisation du corps humain avec son environnement direc...

[Plus d'informations...](#)



En finir avec la fatigue / Anne Ghiringhelli

Livres | Ghiringhelli, Anne. Auteur | 2023

Un guide pour identifier les causes de la fatigue au quotidien (troubles du sommeil, diabète, carences alimentaires ou encore stress) et la combattre en mettant en place une bonne hygiène de vie, en boostant son immunité et en pre...

[Plus d'informations...](#)



Manger mieux et meilleur : de zéro à 100 ans ...

Livres | Joyeux, Henri (1945-....). Auteur | 2017

Des conseils nutritionnels pour adopter une alimentation saine et équilibrée, avec des informations sur le tube digestif, les légumineuses, les produits laitiers, le gluten, les boissons, les différents repas de la journée et les ...

[Plus d'informations...](#)



Privée de bonbecs / Susie Morgenstern, Mayah ...

Livres | Morgenstern, Susie (1945-....). Auteur | 2018

Myriam, qui était très gourmande et qui aimait beaucoup le sport, doit faire attention et changer de vie : elle est atteinte de diabète. Elle décide alors de s'intéresser aux gens comme elle, cassés par la vie, et d'être plus atte...

[Plus d'informations...](#)





100 idées pour accompagner votre enfant diabé...

Livres | Rigaud, Daniel (1949-....). Auteur | 2016

Des informations sur le diabète pour mieux comprendre cette maladie, savoir comment la soigner et des clés pour aider son enfant diabétique. Electre 2018

[Plus d'informations...](#)



130 recettes pour diabétiques : une cuisine s...

Livres | Martineau, Caroline (1972-....). Auteur | 2019

Une première partie donne les clés de l'équilibre alimentaire, les principes de choix des aliments en fonction de leur indice glycémique et des exemples d'équivalence de plats composés. Une deuxième partie propose 130 recettes ave...

[Plus d'informations...](#)



Je suis diabétique, et alors ? / Catherine Vi...

Livres | Viès-Duffau, Catherine. Auteur | 2024

Des outils pour aider les enfants à comprendre pourquoi ils ont du diabète, et à le gérer. Chaque situation est expliquée à l'aide de planches de bande dessinée, de strips et de dessins. Avec des exercices ainsi que des compléments...

[Plus d'informations...](#)



La pâtisserie pour diabétiques, c'est permis ...

Livres | Orsatelli, Annabelle. Auteur | 2015

80 recettes de pâtisserie à index glycémique bas, avec les secrets de la pâtisserie antidiabète, les préparations de base et les recettes de tous les grands classiques : croustillant aux deux chocolats, muffins, cookies, bava...

[Plus d'informations...](#)



Recettes anti-diabète : 120 recettes / Martin...

Livres | André, Martine (1952-....). Auteur | 2018

120 recettes saines et savoureuses adaptées au régime alimentaire des diabétiques. Avec des informations pour identifier les différents types de diabète et des conseils pour adopter un bon comportement alimentaire. Electre 2019

[Plus d'informations...](#)





Idées reçues sur le diabète / Marc Popelier

Livres | Popelier, Marc. Auteur | 2019

L'endocrinologue propose des informations simples pour que le malade puisse se débarrasser de ses préjugés sur le diabète. Elles permettent d'appréhender la maladie, de la prévenir et de mieux la vivre au quotidien. Electre 2020

[Plus d'informations...](#)



Le diabète / Agnès Cathala

Livres | Cathala, Agnès. Auteur | 2020

Le diabète des enfants (dit de type 1) est une maladie mal connue qui augmente de 4 % par an. Cet album présente le parcours quotidien de Zacharie, un enfant diabétique : hospitalisation, utilisation de la pompe à insuline, régime...

[Plus d'informations...](#)



Le diabète / Sylvie Baussier

Livres | Baussier, Sylvie. Auteur | 2019

Un documentaire pour comprendre le diabète à travers l'histoire de Tom, Louise, Zora et Maxime confrontés de façon directe ou non à la maladie. A travers des récits et des témoignages, l'ouvrage livre des informations sur le diabète...

[Plus d'informations...](#)



Mes petites recettes magiques antidiabète : 1...

Livres | Dufour, Anne (1971-....). Auteur | 2018

Ce guide dispense des conseils et des astuces pour lutter contre le diabète dans la vie quotidienne. Il propose également une sélection de recettes adaptées : taboulé de quinoa aux crevettes, boeuf sauté aux poivrons, quiche aux é...

[Plus d'informations...](#)



Les anti-inflammatoires naturels : plantes mé...

Livres | Chavanne, Philippe. Auteur | 2019

Un guide des traitements naturels à utiliser comme alternative aux anti-inflammatoires non stéroïdiens, afin de réduire ou de supprimer les symptômes liés à une inflammation. Electre 2019

[Plus d'informations...](#)





Faire face au diabète de type 2 / Dr Sonia Ju...

Livres | Juddoo, Sonia. Auteur | 2022

Des explications pour comprendre l'origine du diabète de type 2 et des conseils pour vivre avec cette maladie : suivi, traitements, aménagement du quotidien, entre autres. Electre 2023

[Plus d'informations...](#)



Faire face au diabète de type 1 : guide à l'u...

Livres | Rhbali, Hanane. Auteur | 2019

Guide décryptant toutes les facettes de cette maladie (symptômes, diagnostic et traitement) afin de mieux l'appréhender et de faciliter le quotidien des patients et de leur entourage. Electre 2023

[Plus d'informations...](#)



Le diabète : mieux le comprendre pour mieux v...

Livres | Pinget, Michel (1947-....). Auteur | 2022

Des informations pour aider les patients et leur famille à comprendre les mécanismes de la maladie et mieux vivre au quotidien. Après une partie énumérant les données épidémiologiques du diabète, des conseils concernant l'alimenta...

[Plus d'informations...](#)



Foutez-vous la paix ! : et commencez à vivre ...

Livre audio | Midal, Fabrice. Auteur | 2017

Le philosophe et écrivain émet des suggestions pour aller au-delà des injonctions de sagesse et de mieux vivre, induites par de nombreux guides pratiques, afin de vivre sereinement sans se poser de questions. Electre 2018

[Plus d'informations...](#)



Dis-moi où tu as mal, je te dirai pourquoi : ...

Livres | Odoul, Michel. Auteur | 2002

[Plus d'informations...](#)





Le charme discret de l'intestin : tout sur un...

Livres | Enders, Giulia (1990-....). Auteur | 2015

L'auteure, médecin, rend compte des dernières découvertes sur un organe mal connu. Elle explique son rôle dans des problèmes tels que le surpoids, la dépression, la maladie de Parkinson, les allergies, etc. L'auteure donne des con...

[Plus d'informations...](#)



Export effectué le 24/05/2026 20:57:14