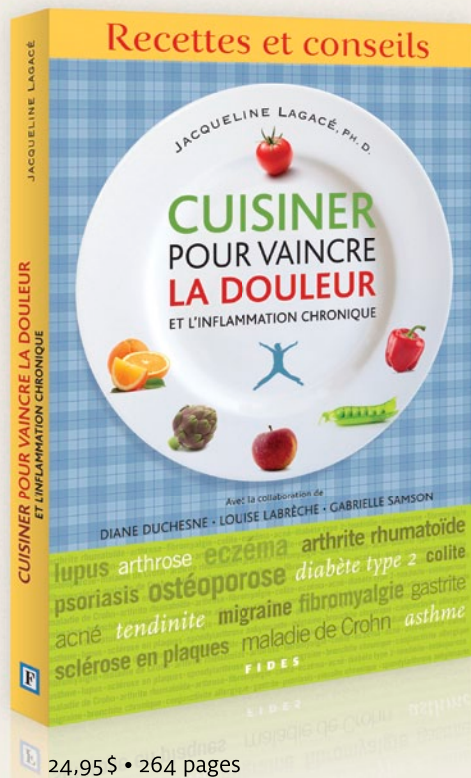


Pour diffusion immédiate • EN LIBRAIRIE LE 11 NOVEMBRE 2011

CUISINER POUR VAINCRE LA DOULEUR CHRONIQUE, *c'est facile*



Fides est sur Twitter
twitter.com/EditionsFides

Montréal, le 28 octobre 2011

Après le succès de son premier livre, *Comment j'ai vaincu la douleur et l'inflammation chronique par l'alimentation*, qui présentait les bienfaits du régime hypotoxique dans le traitement des douleurs chroniques, Jacqueline Lagacé offre ici, en réponse à ses nombreux lecteurs, des conseils et des recettes pour faciliter leur passage à ce nouveau mode d'alimentation. DÉVELOPPÉ à l'origine par le docteur Seignalet, ce régime, qui bouscule nos habitudes alimentaires, doit être apprivoisé, ce que ce livre arrive à faire en douceur. On y trouve de l'information sur les caractéristiques et propriétés des aliments substitués conformes au régime hypotoxique, une liste « garde-manger », des adresses pertinentes et **130 recettes** qui favorisent une cuisine simple, nutritive et savoureuse. DE PLUS, s'appuyant sur des travaux de recherche innovateurs, l'auteure vulgarise des informations récentes concernant des aliments anti-glycotoxines ainsi que d'autres à éviter, pour aider les personnes atteintes de diabète, d'obésité et de maladies chroniques à faire de meilleurs choix alimentaires. CE LIVRE VISE ÉGALEMENT tous ceux qui se préoccupent de leur santé et qui, malgré le passage des années, veulent conserver une qualité de vie enviable. **Les réponses aux questions des internautes** fréquentant le blogue de l'auteure sont reproduites sous forme de capsules tout au long de l'ouvrage, de même que certains de leurs témoignages qui viennent confirmer l'efficacité de ce régime à vaincre la douleur et à améliorer de façon souvent surprenante des fonctionnalités gravement atteintes.

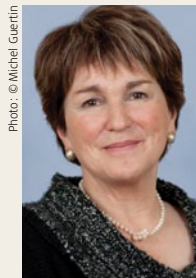


Photo: © Michel Guertin

Après plus de onze ans de formation universitaire en biologie, microbiologie et immunologie, **JACQUELINE LAGACÉ**, Ph. D., de 1986 à 2003, a partagé son temps entre la direction d'un laboratoire de recherche en microbiologie et immunologie, la direction de thèses et l'enseignement de l'immunologie et de la microbiologie aux 1^{er}, 2^e et 3^e cycles universitaires à la Faculté de médecine de l'Université de Montréal. Auteure de quelque 35 articles scientifiques publiés dans des revues internationales avec comités de pairs, elle a également présenté plus de 50 communications dans des congrès scientifiques nationaux et internationaux.

— 30 —



F I D E S

www.groupefides.com

POUR TOUTE INFORMATION :

Marie-Claude Bressan, attachée de presse
Tél.: (514) 745-4290, poste 365
Courriel : marie-claude.bressan@groupefides.com