

CATALOGUE

L E D U C

2016



Édito

Chers Auteurs, chers Libraires, chers Lecteurs,

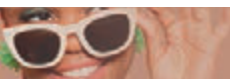
Après **Leduc.s** pour les guides pratiques, **Charleston** pour la littérature, **Tut-tut** pour l'humour, **Alisio** pour la vie professionnelle et **Zethel**, nos livres jeunesse, nous grandissons encore cette année avec l'arrivée d'une sixième marque, **Eddison Books**. Eddison, du nom de son fondateur, Nick Eddison, maison d'édition basée à Londres, vient de rejoindre notre groupe.

Cette maison d'édition à taille humaine, spécialisée dans le packaging, produit pour le marché international des livres et des coffrets sur des thématiques aussi variées que la santé, le bien-être, la sexualité, l'ésotérisme... Le rapprochement entre les éditions Leduc.s et Eddison est une formidable opportunité pour nos auteurs : le savoir-faire d'Eddison Books va nous permettre de concevoir une dizaine de projets destinés d'abord au marché français, mais aussi au marché international.

Avec nos six marques éditoriales, regroupées sous le nom **Mahogany** (« acajou » en anglais), nous travaillons dans un même objectif : publier des livres qui sont vraiment lus par les lecteurs, lus jusqu'au bout. Des livres qui les aident à mieux vivre, leur apportent de la joie, qu'ils ont plaisir à garder sur leur table de chevet et à recommander à d'autres lecteurs. C'est cette vocation qui fait, j'en suis convaincu, le succès de nos livres depuis 14 ans. Le groupe grandit, développe chaque année de nouveaux auteurs, s'ouvre à de nouveaux segments de marché, mais ne change pas !

Merci pour votre fidélité,
Stéphane Leduc

Sommaire

	Éditions Leduc.s	3
	Aromathérapie	4
	La santé au naturel	7
	Minceur & Nutrition	9
	Forme & Bien-être	12
	Développement personnel	14
	Parentalité	17
	Amour & Sexualité	19
	Les Malins	20
	Poches Leduc.s	27
	Éditions Alisio	31
	Éditions Charleston	35
	Éditions Zethel	39
	Éditions Tut-tut	40

Les prix, formats et couvertures des livres « à paraître » sont susceptibles d'être modifiés d'ici leur parution.

LEDUC.S

Éditions Leduc.s

Des livres pour mieux vivre

Les livres Leduc.s sont dédiés à votre santé, votre alimentation, votre bien-être, votre vie de couple, votre famille... En somme, à tout ce qui touche à votre vie quotidienne ! Tous les livres que vous retrouverez dans ces pages ont pour objectif de vous aider à mieux vivre et chacun d'eux, à travers ses astuces et ses bons conseils, rendra votre quotidien aussi facile que possible !

Pour suivre l'actualité
de la marque Leduc.s :

Notre blog :
blog.editionsleduc.com



Notre page
Facebook « Leduc.s Éditions »



Et inscrivez-vous à notre newsletter pour être tenu au courant de nos publications, recevoir nos astuces du moment, des exclus, des avant-premières, des bonus, des invitations et de nombreuses autres surprises.

Rendez-vous sur la page :
www.editionsleduc.com/newsletter



Tous les sujets de la vie quotidienne sont chez LEDUC.S

- prenez soin de votre santé, le plus souvent au naturel,
- mangez sain au quotidien,
- faites le ménage chez vous, avec des produits naturels,
- devenez un chef en cuisine,
- affinez et entretenez votre silhouette,
- séduisez à coup sûr,
- organisez le mariage de vos rêves,
- pimentez votre vie de couple,
- élevez vos enfants sans crise de nerfs,
- cultivez les petits moments de bonheur,
- apprenez à sourire à la vie,
- créez votre petit potager, même en appartement,
- soyez plus efficace et épanoui dans votre travail,
- apprenez la guitare, le yoga, l'anglais...

DES COLLECTIONS POUR TOUS LES GOÛTS

- **Les Bibles** : références incontournables, ces ouvrages rassemblent de la façon la plus complète possible toutes les informations dont vous aurez besoin pour votre santé, votre minceur, votre nutrition...
- **Les Malins** : des conseils et astuces très concrets et un ton accessible pour des explications vraiment claires ! Du petit concentré d'infos pratiques au grand livre plus fouillé, les solutions sont à portée de main pour devenir vraiment malin !
- **Poches Leduc.s** : des petits prix mais des contenus toujours aussi exigeants, sur tous les thèmes qui vous intéressent, ça, c'est pratique !

L E D U C . S
É D I T I O N S



AROMATHÉRAPIE

Les huiles essentielles soignent vite, bien, en profondeur et sans effets secondaires. Antiseptiques, stimulantes, apaisantes, antivirales ou antalgiques, elles possèdent de fantastiques propriétés pour la santé et sont extrêmement simples à utiliser. Pour vous aider, découvrez tous nos livres d'aromathérapie, de véritables guides pratiques pour toute la famille.



DANIÈLE FESTY, L'AUTEUR DE RÉFÉRENCE POUR SE SOIGNER AU NATUREL

Danièle Festy a été pharmacienne. Passionnée par l'alimentation, spécialiste des huiles essentielles, habituée depuis des années aux probiotiques et compléments alimentaires qui améliorent vraiment la qualité de vie, elle a dirigé pendant plus de quarante ans son officine. Elle consacre désormais une partie de son temps à proposer des consultations, à rencontrer ses lecteurs, et l'autre à rédiger des ouvrages pratiques de santé pour le grand public. Véritable « pharmacienne coach », elle vous accompagne jour après jour pour apaiser les petites et grandes douleurs, soigner les maux du quotidien de toute la famille. Dans ses livres, elle suit une seule logique et un seul but : soigner, aider, améliorer la qualité de vie. Ses livres n'ont pas d'équivalent. Ils vous accompagnent chaque jour, vous aident à préserver naturellement vos proches, vos enfants, vous-même, et à retrouver ce bien si précieux qu'est la santé.

Best-seller



MA BIBLE DES HUILES ESSENTIELLES

DANIÈLE FESTY

Le guide d'aromathérapie le plus complet et le plus accessible



978-2-84899-242-6

19 x 23 cm • 552 p. • 23 €



SOIGNEZ VOS TROUBLES DIGESTIFS AVEC LES HUILES ESSENTIELLES

DANIÈLE FESTY

Mes 20 huiles essentielles les plus efficaces pour toute la famille



979-10-285-0176-1

15 x 21 cm • 160 p. • 15 €



HUILES ESSENTIELLES : LE GUIDE VISUEL

DANIÈLE FESTY

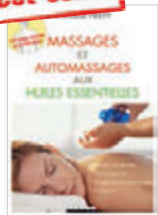
Le guide de référence 100 % visuel pour débiter avec les huiles essentielles



978-2-84899-679-0

16,8 x 21,5 cm • 200 p. • 19 €

Best-seller



MASSAGES ET AUTOMASSAGES AUX HUILES ESSENTIELLES

DANIÈLE FESTY

Arthrose, mal de tête, crises d'angoisse... Soignez-vous avec les huiles essentielles



979-10-285-0095-5

15 x 21 cm • 224 p. • 17 €

À paraître : mai 2016



GUÉRIR LE STRESS, LES INSOMNIES, L'ANXIÉTÉ AVEC LES HUILES ESSENTIELLES

DANIÈLE FESTY

La solution aroma pour aller mieux enfin, sans médicaments



979-10-285-0210-2

15 x 21 cm • 320 p. • 18 €



MON COFFRET HUILES ESSENTIELLES À RESPIRER

DANIÈLE FESTY

Le coffret de référence sur l'aromathérapie à respirer, la voie d'administration la plus simple !



978-2-84899-653-0

21 x 23 cm • 224 p. • 25 €

Best-seller



JE NE SAIS PAS UTILISER LES HUILES ESSENTIELLES

DANIÈLE FESTY

Le guide de référence pour débiter en aroma



978-2-84899-558-8

15 x 21 cm • 272 p. • 16 €



JE NE SAIS PAS UTILISER LES HUILES ESSENTIELLES SPÉCIAL ENFANTS

DANIÈLE FESTY

LE guide pour soigner vos enfants facilement et sans risque



978-2-84899-654-7

15 x 21 cm • 256 p. • 16 €

Best-seller



SOIGNER SES ENFANTS AVEC LES HUILES ESSENTIELLES

DANIÈLE FESTY

Pour adoucir la vie des enfants et faciliter celle des parents !



978-2-84899-295-2

15 x 21 cm • 320 p. • 18 €

Best-seller



LES HUILES ESSENTIELLES, ÇA MARCHE !

DANIÈLE FESTY

L'aromathérapie pour se soigner autrement

11 x 17,8 cm • 336 p. • 8 €



979-10-285-0117-4



LES HUILES ESSENTIELLES AU FÉMININ

DANIÈLE FESTY

Insomnie, cellulite, trouble des règles... les formidables bienfaits de l'aromathérapie

15 x 21 cm • 224 p. • 18 €



979-10-285-0052-8



SE SOIGNER AVEC LES HUILES ESSENTIELLES PENDANT LA GROSSESSE

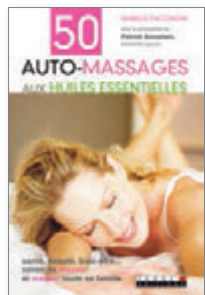
DANIÈLE FESTY

Les solutions sans danger à tous les maux pendant la grossesse et l'allaitement

15 x 21 cm • 272 p. • 18 €



979-10-285-0148-8



50 AUTO-MASSAGES AUX HUILES ESSENTIELLES

ISABELLE PACCHIONI

Santé, beauté, bien-être... savoir se masser et masser toute sa famille

13 x 19,3 cm • 160 p. • 10 €



978-2-84899-560-1



MON ABÉCÉDAIRE ILLUSTRÉ DES HUILES ESSENTIELLES

DANIÈLE FESTY

De A à Z, les meilleures huiles essentielles. Plus de 800 pathologies traitées d'acné à zona. Plus de 400 formules mises au point par Danièle Festy. Plus de 150 illustrations originales.

20 x 27 cm • 240 p. • 30 €



979-10-285-0122-8

Best-seller



MES 15 HUILES ESSENTIELLES

DANIÈLE FESTY

Les indispensables pour se soigner vite et bien

15 x 21 cm • 272 p. • 18 €



978-2-84899-097-2



GUIDE DE POCHE D'AROMATHÉRAPIE

DANIÈLE FESTY ET ISABELLE PACCHIONI

41 huiles essentielles pour se soigner en toute simplicité

11 x 17,8 cm • 160 p. • 6 €



979-10-285-0032-0



LES HUILES ESSENTIELLES À RESPIRER

DANIÈLE FESTY

Nouvelle édition !

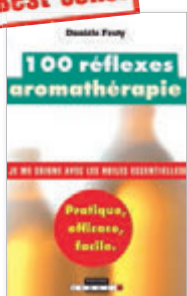
Purifier la maison, se soigner... toutes les clés du bien-être

15 x 21 cm • 224 p. • 14 €



978-2-84899-693-6

Best-seller



100 RÉFLEXES AROMATHÉRAPIE

DANIÈLE FESTY

Des solutions simples et pratiques pour se soigner avec les huiles essentielles au quotidien

11 x 17,8 cm • 160 p. • 6 €



978-2-84899-236-5

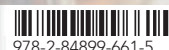


MES MEILLEURES TISANES AROMATIQUES

DANIÈLE FESTY

Le mariage parfait des plantes et des huiles essentielles pour la santé et le bien-être

11 x 17,8 cm • 272 p. • 7 €



978-2-84899-661-5

LA SANTÉ AU NATUREL

La nature est une incroyable pharmacie qui a pensé à tout ! Homéopathie, plantes, probiotiques, alimentation... apprivoisez ses remèdes et médicaments, efficaces et sans risques pour soigner toute votre famille.



ALBERT-CLAUDE QUEMOUN, DOCTEUR EN PHARMACIE ET CHERCHEUR

Pourquoi ce choix de l'homéopathie ?

D'abord pour des raisons intimes. Mon père était asthmatique et j'ai pu juger sur lui de la toxicité de certains médicaments utilisés par la médecine traditionnelle. Je n'ai eu alors de cesse de rechercher des techniques plus douces et l'homéopathie s'est imposée à moi, d'autant qu'elle implique une connaissance totale et parfaite de l'être humain.

Pour un non-initié, c'est quoi l'homéopathie ?

C'est une pratique médicale qui emploie la loi des semblables. À savoir que pour guérir, on va dans le sens de la maladie. On choisit un produit qui, à forte dose, donnerait les mêmes symptômes que ceux dont le patient souffre. Sauf que les doses administrées sont infimes. Les bénéfices : aucun danger ni aucun

risque d'effet secondaire. L'important, c'est le diagnostic puis le choix du produit et son dosage. C'est une médecine de terrain qui se doit d'appréhender l'être humain dans sa globalité.

Comment convaincre les sceptiques qui considèrent que l'homéopathie est inefficace ?

J'ai souvent entendu ça. Ma réplique est cinglante. Je ne pense pas que les bébés, les animaux, les plantes puissent être victimes d'un effet placebo. Or, j'ai traité des vignes atteintes de mildiou avec l'homéopathie. Les champignons ont rendu l'âme et on a trinqué l'année suivante avec un excellent champagne qui est aussi, consommé en quantité infinitésimale, le meilleur remède à de nombreux maux ! C'est en tout cas ma philosophie...



MA BIBLE DE L'HOMÉOPATHIE ÉDITION LUXE

ALBERT-CLAUDE QUEMOUN

L'homéopathie est la seule médecine à la fois efficace, naturelle et applicable à tous, sans aucun risque d'effet secondaire. Elle traite les maladies aiguës (grippe, mal de tête, eczéma...) comme les troubles chroniques (colite, asthme, insomnie...), et elle aide à mieux supporter les traitements allopathiques (chimiothérapie, vaccins...), le stress. Cette bible réunit les informations pour soigner toute la famille et mieux vivre :

- Les grands principes de l'homéopathie : pourquoi et comment ça fonctionne ? Sous quelle forme (granules, crèmes, gouttes...) ? Quelles précautions prendre ?

19 x 23 cm • 696 pages • 30 €



979-10-285-0123-5

- Des conseils adaptés à chaque période de la vie : femmes enceintes, bébés, enfants, seniors... des recommandations à la portée de chacun.
- Sulfur, Pulsatilla, Sepia... les profils homéo les plus fréquents : connaître le sien permet de se soigner encore plus efficacement.
- De Abcès à Zona, tous les maux et leurs solutions : chasser l'anxiété avec Argentum nitricum 9 CH, calmer une poussée dentaire avec Chamomilla 9 CH, déloger la cellulite avec Thuja occidentalis 5 CH... Et les meilleurs horaires de prise selon son profil.
- L'abécédaire complet des médicaments homéopathiques, de Aconit à Zincum, et le mode d'emploi de chacun d'eux, avec la posologie exacte en fonction du problème.



MA BIBLE DE L'HOMÉOPATHIE

ALBERT-CLAUDE QUEMOUN
AVEC LA COLLABORATION DE
SOPHIE PENZA

Le livre de référence le plus complet et ultra-pratique pour tous les maux du quotidien !

19 x 23 cm • 696 pages • 23 €



978-2-84899-605-9



PERDRE DU POIDS AVEC L'HOMÉOPATHIE

ALBERT-CLAUDE QUEMOUN ET
RAPHAËL GRUMAN

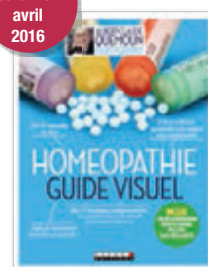
Les deux experts de référence pour maigrir efficacement

15 x 21 cm • 256 p. • 18 €



979-10-285-0045-0

À paraître :
avril
2016



HOMÉOPATHIE, LE GUIDE VISUEL

ALBERT-CLAUDE
QUEMOUN

16,8 x 21,5 cm • 192 p. • 19 €



979-10-285-0197-6



HOMÉOPATHIE GUIDE PRATIQUE

ALBERT-CLAUDE QUEMOUN

La référence pour se soigner simplement et naturellement avec l'homéopathie

15 x 21 cm • 336 p. • 18 €



978-2-84899-357-7



SOIGNER SES ENFANTS AVEC L'HOMÉOPATHIE

ALBERT-CLAUDE QUEMOUN
AVEC LA COLLABORATION DE
SOPHIE PENZA

De la naissance à l'adolescence, les meilleurs conseils homéo pour prendre soin d'eux

15 x 21 cm • 368 p. • 18 €



979-10-285-0002-3

Dans ce guide tout en couleurs et 100 % illustré, vous trouverez l'essentiel pour découvrir l'homéopathie en toute sécurité :

L'homéopathie, comment ça marche ?

- Les 17 trousseaux homéo indispensables (femme enceinte, bébé, anti-infection, voyages, été, hiver...)
- De A à Z, les 30 maux les plus courants qui peuvent se soigner avec l'homéopathie
- Les 50 remèdes de base à avoir dans sa pharmacie, pour toutes les situations de la vie courante.

À paraître :
avril
2016



TRUCS ET ASTUCES DE SANTÉ : LES REMÈDES EFFICACES

SOPHIE LACOSTE

Les remèdes indispensables pour se soigner efficacement sans médicaments.

Les meilleurs soins naturels et leur préparation.

De A comme abcès à Z comme Zona, vos maux traités pour toute la famille.



MA BIBLE DE LA SANTÉ NATURE

ANNE DUFOUR AVEC LA COLLABORATION DE DANIELLE FESTY

Les meilleurs fruits, légumes et autres aliments magiques pour prendre soin de sa santé



978-2-84899-380-5

19 x 23 cm • 608 p. • 23 €



MA BIBLE DE L'AUTOMÉDICATION

DANIELLE FESTY

Le guide référence pour soigner sans danger toute la famille.



979-10-285-0136-5

19 x 23 cm • 432 p. • 23 €



979-10-285-0206-5



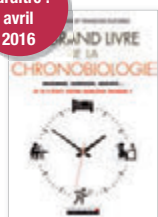
MA BIBLE DE LA PHYTOTHÉRAPIE

SOPHIE LACOSTE

PRÉFACE DU D^r MICHEL LALLEMENT

Le guide de référence pour se soigner avec les plantes

À paraître :
avril
2016



LE GRAND LIVRE DE LA CHRONOBIOLOGIE

MARIE BORREL,

PRÉFACE DU D^r FRANÇOIS DUFOREZ

Insomnie, surpoids, anxiété... et si c'était votre horloge interne ?



979-10-285-0200-3

15 x 21 cm • 256 p. • 15 €



SECRETS DE NATUROPATHES

STÉPHANE TÉTART,

VANESSA LOPEZ

Le livre de référence pour reprendre sa santé en main naturellement



979-10-285-0165-5

19 x 23 cm • 360 p. • 20 €



GUIDE DE POCHE DE PHYTOTHÉRAPIE

CAROLINE GAYET

PRÉFACE DE MICHEL PIERRE

Acné, migraine, ballonnements... soignez-vous avec les plantes



LE GRAND LIVRE DES COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES

DANIELLE FESTY

Allergies, cholestérol, minceur... les alliés 100 % efficaces



979-10-285-0001-6

15 x 21 cm • 400 p. • 18 €



LE GRAND LIVRE DES PROBIOTIQUES ET DES PRÉBIOTIQUES

DANIELLE FESTY

Allergies, immunité, candidose... Le guide de référence pour rééquilibrer sa flore intestinale et retrouver santé et bien-être



979-1-02850-000-9

15 x 21 cm • 352 p. • 18 €



LES SURPRENANTES VERTUS DU JEÛNE

SOPHIE LACOSTE

Vous aussi, vous pouvez y arriver facilement et sans risque !



TOUT VIENT DU VENTRE (OU PRESQUE)

DANIELLE FESTY

La clé pour retrouver la paix du ventre !



978-2-84899-374-4

15 x 21 cm • 256 p. • 16 €



LES PLANTES QUI GUÉRISSENT

SOPHIE LACOSTE

Les secrets de la phytothérapie. À utiliser en tisanes, ampoules gélules, etc.



979-10-285-0118-1

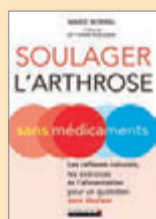
11 x 17,8 cm • 512 p. • 9,90 €



978-2-84899-588-5

13 x 19,3 cm • 192 p. • 12 €

SANS MÉDICAMENTS



SOULAGER L'ARTHROSE SANS MÉDICAMENTS

Dr YANN ROUGIER,
MARIE BORREL

Les réflexes naturels,
les exercices et l'alimentation
pour un quotidien sans douleur



15 x 21 cm • 192 p. • 17 €



STOP AU STRESS SANS MÉDICAMENTS

Dr MARC SCHWOB

Ne laissez plus le stress
vous détruire !



15 x 21 cm • 160 p. • 17 €



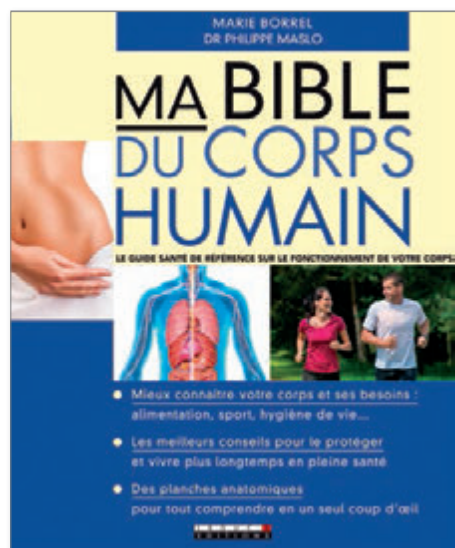
DORMIR (ENFIN !) SANS MÉDICAMENT

Dr PHILIPPE MASLO,
MARIE BORREL

Les réflexes naturels,
les exercices et l'alimentation
pour retrouver le sommeil
enfin !



15 x 21 cm • 192 p. • 17 €



MA BIBLE DU CORPS HUMAIN

Dr PHILIPPE MASLO AVEC LA COLLABORATION DE MARIE BORREL

Savez-vous que votre corps contient environ 100 000 milliards de cellules de 200 types différents ? Que la longueur totale de vos vaisseaux sanguins est de 150 km ? Que pour digérer les aliments vous sécrétiez chaque jour 2 litres de sucs gastriques et 1,5 litre de salive et que votre organisme renferme 300 000 milliards de bactéries amies... ? Partez à la découverte de la plus merveilleuse machine du monde, découvrez le fonctionnement du corps humain et ce dont il a besoin pour rester en pleine santé. 4 raisons de lire cette bible pratique :

- Une approche respectueuse du corps : vous allez vous émerveiller pour les milliards d'opérations vitales qui se déroulent à chaque seconde dans les coulisses de votre organisme.

19 x 23 cm • 408 pages • 23 €



- Pour chaque « moment » de la vie, toutes les explications anatomiques et physiologiques afin de découvrir ce qui se passe vraiment dans le corps humain : immunité, coeur, poumons, système digestif, sommeil...
- Des infos historiques, mythologiques, symboliques... pour enrichir le regard que vous portez sur votre corps.
- Des gestes simples (alimentation, plantes, respiration, relaxation...), pour protéger durablement cette extraordinaire mécanique en lui donnant tout ce dont elle a besoin pour mener à bien son incessant travail. Inclus : un test pour faire le point sur vos connaissances + 16 pages en couleurs avec des planches anatomiques.



LES 100 IDÉES REÇUES QUI VOUS EMPÊCHENT D'ALLER BIEN

Dr ALEXANDRA DALU

- Consommer du gluten perturbe l'équilibre digestif et donc la santé : FAUX
- Les boissons sucrées et light sont sans danger pour la santé : FAUX
- Les dérèglements hormonaux, c'est seulement une affaire de femmes : FAUX
- Une fois adulte, la sieste n'a plus d'intérêt pour la santé : FAUX

Alimentation, sommeil, sport, hérédité... Les croyances qui vous empêchent d'aller bien.

15 x 21 cm • 352 pages
18 €



À paraître :
mai 2016



BEN MON CÔLON !

Dr SERGE RAFAL

Comment préserver sa santé intestinale ? Découvrez-le sans plus attendre en explorant ce livre basé sur les dernières découvertes médicales et écrit par un spécialiste français :

- Comment fonctionne votre intestin : sa physiologie, l'importance du microbiote...
- Un intestin en bonne santé, mode d'emploi : les conseils d'hygiène, renforcer le microbiote, traiter les infections intestinales et les inflammations sans médicaments (huiles essentielles, probiotiques...)

15 x 21 cm • 320 pages
17,50 €



À paraître :
mai 2016



LE DÉFI NO SMOKING : 21 JOURS POUR DÉSAPPRENDRE À FUMER

CHABY LANGLOIS

La méthode révolutionnaire pour arrêter de fumer sans médicament et sans effort



15 x 21 cm • 192 p. • 15 €



LE GRAND LIVRE DU BICARBONATE POUR SE SOIGNER ET POUR LA MAISON

ALIX LEFIEF-DELCOURT

Santé, bien-être, beauté, maison, jardin, cuisine : les nouveaux usages du bicarbonate à tout faire



15 x 21 cm • 224 p. • 15 €

À paraître :
mai 2016



LE DICO-GUIDE DE VOTRE SANTÉ

Dr DAMIEN MASCRET

Mal de dos, mémoire, signes précoces des maladies, statines... ce que votre médecin ne vous a pas (encore) dit sur votre santé.



15 x 21 cm • 352 p. • 18 €

MINCEUR & NUTRITION

Être mince et le rester va vous faire un bien fou ! Vous allez être à l'aise dans votre corps, vous sentir en pleine forme et déborder d'énergie et de bonne humeur ! À condition de ne pas vous serrer trop la ceinture et de bien choisir votre alimentation. Découvrez tous les livres qui vous aideront à mincir, à protéger votre santé et à rester mince pour longtemps.



Dr PIERRE NYS, ENDOCRINOLOGUE-NUTRITIONNISTE

Le Dr Pierre Nys est endocrinologue-nutritionniste, attaché des Hôpitaux de Paris. Spécialiste de l'Index Glycémique, il est l'auteur de plusieurs livres références sur le sujet.

PLUS JAMAIS MAL AU VENTRE AVEC LE RÉGIME FODMAPS

Dr PIERRE NYS

**Ballonnements, intestins irritables...
La solution pour soulager vos troubles digestifs**

Douleurs, ballonnements, troubles digestifs, intestins irritables... et si c'était à cause des Fodmaps ? Les Fodmaps sont des petits sucres que l'on digère mal et qui fermentent dans notre intestin, causant alors des douleurs. Grâce à ce livre, vous allez enfin digérer sereinement et arrêter de gonfler après chaque repas.



15 x 21 cm • 336 pages
18 €



979-10-285-0036-8



SOIGNEZ-VOUS AVEC LE RÉGIME IG

Dr PIERRE NYS
15 x 21 cm • 304 p.
18 €



979-10-285-0082-5



500 RECETTES ANTIDIABÈTE

Dr PIERRE NYS
19 x 23 cm • 456 p.
20 €



979-10-285-0101-3



PROTÉGER ET SOIGNER SA THYROÏDE

Dr PIERRE NYS
15 x 21 cm • 256 p.
18 €



979-10-285-0167-9



PROGRAMME SUCRE DETOX EN 7 JOURS

Dr PIERRE NYS
15 x 21 cm • 400 p.
18 €



979-10-285-0125-9



19 x 23 cm • 648 pages
23 €



978-2-84899-671-4

MA BIBLE IG

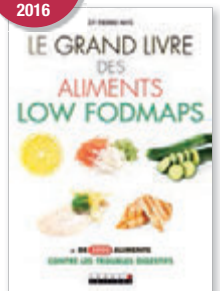
Dr PIERRE NYS

Le guide de référence de la révolution Index Glycémique

Au programme de ce livre ultra-complet :

- Les grands principes de l'IG : une assiette riche en fibres, protéines et bons gras pour contrôler son équilibre hormonal et protéger son cœur, son cerveau, ses yeux...
- Les 35 raisons IG de pratiquer une activité physique.
- De A comme agar-agar à Y comme yaourt, découvrez les 23 meilleurs aliments IG et comment les préparer.
- Diabète, hypertension, cholestérol, intolérance au gluten... Les bénéfices du Régime IG sur la santé, avec une journée de menus IG sur mesure pour chaque trouble.
- Des astuces et conseils en cuisine pour des repas IG bas, votre liste de courses IG idéale et 200 recettes IG bas rapides et savoureuses.

À
paraître :
avril
2016



15 x 21 cm • 224 pages
15 €



979-10-285-0222-5

LE GRAND LIVRE DES ALIMENTS LOW FODMAPS

Dr PIERRE NYS

Les Fodmaps sont des glucides que l'on digère mal et qui fermentent pouvant causer douleurs, ballonnements et divers troubles digestifs. En limitant leur consommation, il est possible de retrouver tout son bien-être. Sujet novateur en France, les Fodmaps sont pourtant connus dans le reste du monde, notamment en Australie, où c'est désormais LA réponse des gastro-entérologues : 85 % de réussite pour les personnes souffrant de troubles digestifs chroniques. Il est temps de s'y mettre ! Dans ce livre, vous trouverez :

- Les grands principes du régime Fodmaps
- + de 3 000 aliments les plus courants contre les troubles digestifs

DÉTOX



MA BIBLE DE L'ALIMENTATION DÉTOX

ANNE DUFOUR, CATHERINE DUPIN

Le livre de référence pour préserver votre santé :
- Les grands principes de la détox
- De A à Z, les aliments alliés
- 200 recettes et vos cures détox sur mesure

19 x 23 cm • 504 p. • 23 €



979-10-285-0164-8



CURES DE JUS SANTÉ/ DÉTOX

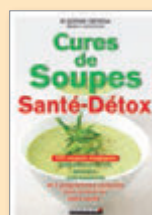
MYRIAM DARMONI

100 jus anticholestérol, bonne mine, minceur... et 3 programmes complets pour préserver votre santé !

15 x 21 cm • 224 p. • 15 €



979-10-285-0047-4



CURES DE SOUPES SANTÉ-DÉTOX

Dr SOPHIE ORTEGA

100 soupes magiques antiballonnements, minceur, anti-insomnie et 3 programmes complets pour préserver votre santé !

15 x 21 cm • 192 p. • 15 €



979-10-285-0145-7



LE MEILLEUR RÉGIME DU MONDE

ANNE DUFOUR, CAROLE GARNIER ET RAPHAËL GRUMAN

Le régime DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*) a été élu le meilleur du monde par un panel d'experts : n° 1 antihypertension, n° 1 de « la meilleure alimentation », n° 2 antidiabète, il fait baisser la pression artérielle et le cholestérol sans médicaments, aide à contrôler la glycémie et à perdre du poids pour toujours.

Dans ce livre :

- Les grands principes du régime DASH et pourquoi vous allez l'adopter
- Comment passer au DASH en 10 étapes super-faciles
- De A à Z : la liste de 550 aliments notés et commentés

15 x 21 cm • 384 pages • 18 €



979-10-285-0153-2

- Gaspacho de betteraves à l'aneth, Tartare de daurade à la coriandre, Fraises au citron et au basilic... 85 recettes DASH
- Votre programme complet avec des menus, des recettes et de nombreux conseils pour prendre de nouvelles bonnes habitudes

Inclus : un lien pour télécharger les vidéos des meilleurs exercices physiques du monde.

MOINS DE SEL, DE SUCRES, DE MAUVAISES GRAISSES ET DE PRODUITS INDUSTRIELS :
LE MEILLEUR RÉGIME DU MONDE



15 x 21 cm • 192 pages
16 €



979-10-285-0168-6

MON PROGRAMME BRÛLE-GRAISSES EN 7 JOURS

CAROLE GARNIER

Fini les régimes brûle-graisses hyper-déséquilibrés et hypocaloriques !

Dans ce livre :

- 10 bonnes raisons de suivre un régime brûle-graisses : moins de problèmes de santé et de maladies, plus de confort, plus de séduction...
- 9 astuces de beauté pour tricher : maquillage, vêtements, maillot de bain, coupe de cheveux...
- Les aliments interdits et les pièges à déjouer.

En un week-end ou en 7 jours, vos programmes brûle-graisses avec des menus express hyper-simples et rapides, des idées de collations, des astuces pour dépenser des calories sans y penser et la liste des courses de la semaine. UN PROGRAMME COMPLET EN 7 JOURS !

À paraître :
avril
2016



15 x 21 cm • 320 pages
18 €



979-10-285-0198-3

VIVE L'ALIMENTATION CÉTOGÈNE !

DR ALEXANDRA DALU ET ALIX LEFIEF-DELCOURT

Le régime cétogène est une alimentation très pauvre en glucides et très riche en lipides.

Découvrez dans ce livre :

- Les formidables bienfaits du régime cétogène : contre Alzheimer, le cancer, le surpoids, le diabète, les maladies cardio-vasculaires...
- Les aliments à la loupe : les 10 aliments star
- Votre programme cétogène en 3 semaines en 3 phases
- Inclut 100 recettes cétogènes de l'entrée au dessert.



MES PETITES RECETTES MAGIQUES VENTRE PLAT

ANNE DUFOUR

100 recettes détox pour une silhouette de rêve



979-10-285-0085-6

11 x 17,8 cm • 192 p. • 6 €



MES PETITES RECETTES MAGIQUES HYPERPROTÉINÉES

ANNE DUFOUR, CAROLE GARNIER

Les protéines naturelles (sans sachet) pour mincir et se faire du bien.



979-10-285-0097-9

11 x 17,8 cm • 192 p. • 6 €



LE GRAND LIVRE DU RÉGIME OKINAWA

ANNE DUFOUR ET
CAROLE GARNIER

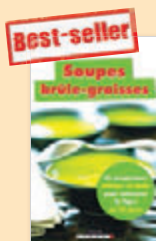
PRÉFACES DU D^r MARIE ALLAIN ET
DE SHIGEATSU TOMINAGA

Passeport pour la longévité !



978-2-84899-587-8

15 x 21 cm • 320 p. • 18 €



SOUPES BRÛLE-GRAISSES

ALIX LEFIEF-DELCOURT

Les soupes, partenaires minceur par excellence !



978-2-84899-391-1

11 x 17,8 cm • 224 p. • 6 €



AGAR-AGAR, LA NOUVELLE ARME ANTIKILOS

ANNE DUFOUR ET
CAROLE GARNIER

Des recettes amusantes et faciles aux vertus minceur et anticholestérol



978-2-84899-168-9

11 x



LE GRAND LIVRE DE L'ÉQUILIBRE ACIDO-BASIQUE

ANNE DUFOUR ET
CATHERINE DUPIN

Ostéoporose, spasmophilie, digestion... 8 programmes sur mesure pour votre santé !



978-2-84899-486-4

15 x 21 cm • 384 p. • 18 €



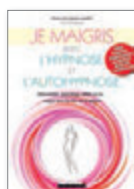
LE GRAND LIVRE DE L'HYPNOSE ET DE L'AUTOHYPNOSE POUR SE SOIGNER (ET MINCIR)

JEAN-JACQUES GARET

15 x 21 cm • 416 p. • 20 €



979-10-285-0081-8



JE MAIGRIS AVEC L'HYPNOSE ET L'AUTOHYPNOSE

JEAN-JACQUES GARET

15 x 21 cm • 416 p. • 20 €



979-10-285-0216-4

Pour plus
de recettes
santé, voir
p. 28

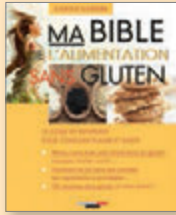
Voir
aussi
...



La méthode
Gruman



SANS GLUTEN



MA BIBLE DE L'ALIMENTATION SANS GLUTEN

CAROLE GARNIER

Les secrets pour inviter gourmandise et plaisir à votre table



LE MEILLEUR DE L'ALIMENTATION SANS GLUTEN

LISA HOWARD ADAPTÉE PAR CAROLE GARNIER

Les 110 recettes 100% santé indispensables (rapides, gourmandes, inratables) conformes aux dernières découvertes scientifiques



UNE ANNÉE DE CUISINE FAMILIALE SANS GLUTEN

CLEMENTINE MISEROLLE ET ALIX LEFIEF-DELCOURT

Plus de 90 recettes sans gluten pour varier les plaisirs toute l'année : les bons basiques + des dizaines de recettes pour chaque saison : cake jambon-olives, tarte aux courgettes, pizza, gnocchis...



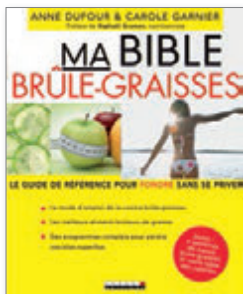
19 x 23 cm • 480 p. • 23 €



19,1 x 23,5 cm • 176 p. • 19,95 €



15 x 21 cm • 256 p. • 15 €



MA BIBLE BRÛLE-GRAISSES

ANNE DUFOUR ET CAROLE GARNIER

Le guide de référence pour fondre... sans se priver!

S'affiner, perdre ses kilos en trop, retrouver de l'énergie et du tonus, voilà toutes les promesses de la cuisine brûle-graisses : riche en protéines, en fruits et légumes, équilibrée, gourmande et minceur à la fois... N'attendez plus pour vous y mettre! Au programme :

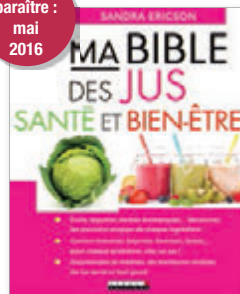
- Le mode d'emploi du régime brûle-graisses : comment ça marche, comment l'appliquer en fonction de ses besoins...
- Les meilleurs aliments brûle-graisses à la loupe : ail, cacao, poivre, thon...
- Des programmes complets 100% brûle-graisses.

19 x 23 cm • 528 pages
23 €



979-10-285-0054-2

À paraître :
mai 2016



MA BIBLE DES JUS SANTÉ ET BIEN-ÊTRE

SANDRA ERICSON

- Fruits, légumes, herbes aromatiques, découvrez les pouvoirs uniques de chaque ingrédient.
- Confort intestinal, Déprime, Sommeil, Stress... pour chaque problème, vite, un jus!
- Gourmandes et inédites, les meilleurs recettes de jus santé et *feel good*.

19 x 23 cm • 400 pages
23 €



979-10-285-0211-9



MA BIBLE DES ALIMENTS SANTÉ-MINCEUR

ANNE DUFOUR

Le guide de référence pour mincir et faire du bien à son corps

Saviez-vous que le melon est une arme secrète anti-rétention d'eau? Le saumon, un tueur de gras? L'abricot, un ami du cœur et de la peau? La cannelle, une alliée du ventre plat? Aliments courants (amandes, lentilles, œufs, pamplemousse...) ou à découvrir (agar-agar, konjac, germes de soja), tous possèdent des molécules santé et minceur étudiées et prouvées!

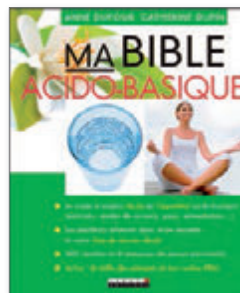
Dans cette bible :

- Saumon, citron, tomate, pomme... 150 aliments experts : anticancer, anticholestérol, ami du cœur, belle peau, transit intestinal facile, antikirlos, boosteur d'immunité... et les faux amis à fuir.
- Les grands principes de la cuisine santé-minceur : déjouer les pièges du supermarché (biscuits sucrés, charcuterie, pizza...), adopter les modes de cuisson sains, les trucs et astuces pour alléger ses plats...
- Fatigue, ventre plat, équilibre acido-basique, allergies alimentaires, effet brûle-graisses, cholestérol, diabète... les aliments à mettre dans votre assiette pour atteindre tous vos objectifs.
- Des illustrations, dessins et schémas, pour mettre en pratique facilement et de façon ludique tous les bienfaits santé de cette bible.

19 x 23 cm • 504 pages
23 €



979-10-285-0033-7



MA BIBLE ACIDO-BASIQUE

ANNE DUFOUR, CATHERINE DUPIN

- Le mode d'emploi facile de l'équilibre acido-basique
- Les meilleurs aliments dans votre assiette et votre liste de course idéale
- 200 recettes et 8 semaines de menus gourmands

19 x 23 cm • 400 pages
23 €



979-10-285-0175-4



FORME & BIEN-ÊTRE

Vous voulez pratiquer une activité physique plus régulièrement? mieux choisir vos produits cosmétiques pour fuir les composants toxiques? méditer pour vous détendre?... Bref, vous aimeriez être plus en forme et mieux dans votre peau? Découvrez ces livres dédiés à votre bien-être.



LUCILE WOODWARD, COACH SPORTIVE

Lucile Woodward est journaliste, professeur de fitness et coach sportif. Très médiatisée, elle tient le blog forme le plus visité en France et anime la chronique forme toutes les semaines dans l'émission Les Maternelles sur France 5. Ses vidéos fitness sur Youtube cumulent à ce jour près de 35 millions de vues. Maman de deux jeunes enfants, elle vit à Paris.

Son site : lucilewoodward.comus.



OBJECTIF : UN CORPS CANON !

LUCILE WOODWARD

Objectif : un corps canon !, c'est votre programme de coaching complet pour retrouver la forme et la ligne. En 6 semaines, affinez votre silhouette, muscliez-vous harmonieusement et perdez du poids.

« **Votre nouveau corps, votre nouveau vous !** »

16,8 x 21,5 cm • 176 pages • 19 €



979-10-285-0069-6

LES MALINS



UNE SILHOUETTE DE RÊVE, C'EST MALIN

LUCILE WOODWARD
11 x 17,8 cm • 208 p.
6 €



978-2-84899-610-3



UN VENTRE PLAT, C'EST MALIN

LUCILE WOODWARD
11 x 17,8 cm • 176 p.
6 €



978-2-84899-675-2



EN FORME PENDANT ET APRÈS LA GROSSESSE, C'EST MALIN

LUCILE WOODWARD
11 x 17,8 cm • 192 p.
6 €



979-10-285-0041-2



LAURENT TURLIN, PRATICIEN EN MÉDECINE TRADITIONNELLE CHINOISE

Passionné par les arts orientaux, Laurent Turlin a étudié pendant sept ans en Europe et deux ans en Chine. Titulaire du diplôme d'acupuncteur traditionnel, il enseigne sa passion et exerce en cabinet à Paris. Il a été l'assistant de Philippe Sionneau, considéré, dans le monde francophone, comme l'un des grands spécialistes de la médecine chinoise.



LE GRAND LIVRE DES AUTOMASSAGES CHINOIS

LAURENT TURLIN

15 x 21 cm • 352 pages
18 €



979-10-285-0179-2

Et si vous utilisiez vos mains pour vous soigner et apaiser les douleurs de votre corps et de votre esprit ? Laurent Turlin, praticien en médecine chinoise, vous dévoile les bases de la physiologie énergétique orientale.



15 MINUTES PAR JOUR POUR UN NOUVEAU CORPS

RAPHAËL GRUMAN, ANNE DUFOUR

19 x 23 cm • 400 pages
23 €



979-10-285-0178-5

Vous traînez des « gros genoux », un mal de dos ou des kilos en trop depuis des années, et aucun régime ni médicament ne vous aide vraiment. C'est que la réponse est ailleurs ! Conçu par une spécialiste du sport et un nutritionniste, ce livre d'un genre nouveau va vous aider à aller mieux, enfin !



JULIEN KAIBECK, EXPERT EN COSMÉTIQUE NATURELLE

Julien Kaibeck enseigne l'aromathérapie et la cosmétique naturelle en France et en Belgique. Chroniqueur beauté et santé dans divers médias, il est très sollicité pour ses conseils et recettes, qu'il rassemble sur son blog : www.lessestieldejulien.com.

Julien Kaibeck a fondé le mouvement Slow Cosmétique qui milite pour une cosmétique plus écologique, plus saine et plus honnête avec les consommateurs. Cette Association internationale sans but lucratif rassemble les consommateurs qui veulent se libérer du *brainwashing* cosmétique et consommer la beauté autrement!

ADOPTER LA SLOW COSMÉTIQUE

JULIEN KAIBECK
PRÉFACE DE JEAN-PIERRE COFFE

Consommer la beauté autrement, avec des produits simples et plus respectueux de l'environnement

Crèmes de jour, de nuit, soins antirides miracles, shampooings aux mille vertus... avons-nous vraiment besoin de tous ces produits? Notre corps n'aimerait-il pas se passer de tous ces stabilisants, colorants, conservateurs? La solution? La slow cosmétique! Le principe : on revient à l'essentiel et on privilégie le fait-maison!

- **Un point clair et synthétique sur les cosmétiques conventionnels** : pourquoi pouvons-nous nous en passer? Quels sont les besoins réels de notre peau?
- **Un guide pédagogique et progressif** pour prendre enfin les bonnes habitudes avec des fiches pratiques pour savoir ce qui est slow et ce qui ne l'est pas.
- **Des recettes de cosmétiques faciles**, 100% naturels et efficaces.

Best-seller



15 x 21 cm • 240 pages
15 €



978-2-84899-536-6

SLOW COSMÉTIQUE, LE GUIDE VISUEL

JULIEN KAIBECK ET MÉLANIE DUPUIS

Pas à pas, vers une beauté plus naturelle

Depuis 2012, la slow cosmétique s'est imposée comme LA tendance qui compte côté beauté. Ce grand livre illustré et en couleurs permettra aux plus hésitants de sauter le pas!

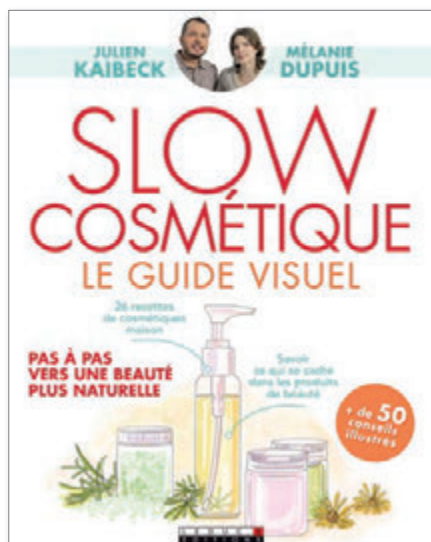
Au programme :

- Des concepts schématisés pour plus de simplicité (composition d'un produit cosmétique, auto-massage du visage, méthode pour faire ses produits...).
- 25 recettes faciles et accessibles pour tous (démaquillant, shampooing, déo, après-rasage, soin solaire, rouge à lèvres...).
- Un livre illustré et en couleurs pour une lecture facile et claire.

16,8 x 21,5 cm • 192 pages • 19 €



979-10-285-0068-9



SOS PEAU AU NATUREL

JULIEN KAIBECK ET
ANNIE CASAMAYOU

15 x 21 cm • 256 pages
15 €



978-2-84899-681-3

Avec ce livre, vous allez enfin soigner vos problèmes de peau une fois pour toutes!

Comprendre votre peau pour mieux la soigner : comment elle fonctionne, ses besoins, ce qui l'abîme ou la protège...

- Apaiser les bobos les plus courants (coup de soleil, psoriasis, boutons...) avec, pour chacun : les bons réflexes côté alimentation, sport, hygiène de vie... et les soins dermocosmétiques à faire vous-même en toute simplicité.
- Bien utiliser les alliés naturels de votre peau : argile, probiotiques, huiles essentielles, nutriments.



LA VÉRITÉ SUR LES COSMÉTIQUES

RITA STIENS

16 x 22,5 cm • 432 pages
23,50 €



978-2-84899-503-8

L'information la plus complète et la plus actualisée, jusque-là dissimulée sous des noms de codes et des appellations complexes

Le seul guide critique, informatif, approfondi et accessible à tous, qui permet de passer au crible tous les cosmétiques et de répondre enfin à toutes les questions que vous vous posez (Peut-on se teindre les cheveux sans les abîmer? Comment choisir sa crème anti-UV? Les produits chers sont-ils meilleurs? Qu'est-ce qui différencie un cosmétique bio d'un cosmétique conventionnel? Que signifient les labels? Quels sont les ingrédients à éviter? Les parabènes sont-ils vraiment dangereux?...). Vous n'achèterez plus vos produits de beauté les yeux fermés...



SECRETS DE BEAUTÉ

SOPHIE LACOSTE

Faire ses produits de beauté maison est très avantageux d'un point de vue financier, c'est amusant et on sait exactement ce qu'on met dans son masque ou dans son tonique! Pas de substances chimiques, rien que du naturel, utile pour votre beauté.

11 x 17,8 cm • 160 p. • 7 €



979-10-285-0185-3



© Scarlatine

Voir aussi ...



p. 22



p. 22

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

Des livres pour mieux vivre et apprendre à exprimer ce qui ne va pas. Tous les petits et grands tracas du quotidien y trouvent leurs réponses. Rien qu'à les lire on se sent déjà mieux, car il suffit parfois de peu de chose pour retrouver le bonheur.



15 x 21 cm • 160 pages
15 €



979-10-285-0180-8

TELLE MÈRE, QUELLE FILLE ? : TROUVER SA JUSTE PLACE, ENFIN !

SONIA PRADES

Les relations entre les mères et les filles sont rarement apaisées. Pour autant, il semble que de nouvelles problématiques aient surgi ces dernières années, car les mères de jeunes femmes adultes aujourd'hui ne présentent pas le même profil que la femme des années 1950, souvent mère au foyer. Comment rompre un lien devenu souvent si fort, prendre ses distances avec une complicité sans faille ?



15 x 21 cm • 192 pages
15 €



979-10-285-0212-6

MAGIE DU MATIN

ISALOU BEAUDET-REGEN

Stress, fatigue, routine peuvent nous enfermer dans une vie dénuée de sens. Vous lever une heure plus tôt le matin peut transformer votre vie ! Cet espace libéré permet de retrouver sa véritable motivation : que ce soit d'écrire un roman, passer du temps avec un proche, méditer, courir... Trouvez « votre » rituel, pour réveiller votre corps, votre esprit, votre âme, votre désir.

À paraître :
avril
2016



15 x 21 cm • 272 pages
18 €



979-10-285-0162-4

LE GRAND LIVRE DU FENG SHUI

BRUNO LECOURT

Vous avez le sentiment de tourner en rond, de vous asphyxier, d'être au ralenti ou déprimé chez vous, au bureau ? C'est sûrement que votre lieu de vie ou de travail ne vous régénère plus. Le feng shui, une science chinoise millénaire, peut vous aider. En modifiant ou adaptant votre habitat, retrouvez sérénité et bien-être dans votre vie de tous les jours.



BRUNO LECOURT, EXPERT EN FENG SHUI

Bruno Lecourt est diplômé de l'École française de Feng Shui. Son agence Areaki est spécialisée dans l'harmonisation d'espaces privés et professionnels.



À paraître :
avril
2016

LA MAÎTRISE DE SOI-MÊME PAR L'AUTOSUGGESTION CONSCIENTE : LA MÉTHODE COUÉ

ÉMILE COUÉ,
LUC TEYSSIER D'ORFEUIL

15 x 21 cm • 228 pages
15 €



979-10-285-0199-0

La méthode Coué (ou maîtrise de soi-même par l'autosuggestion consciente) est une approche efficace pour renforcer la confiance en soi et aller de l'avant. Elle est à la racine des courants de pensée positive et de la sophrologie. Basée sur l'autosuggestion, elle permet de gagner véritablement et durablement confiance en soi, pour une vie plus épanouie.



QUAND UN PARENT VOUS GÂCHE LA VIE

JANE ET TIM MCGREGOR

15 x 21 cm • 216 pages
17 €



979-10-285-0166-2

Père, mère, soeur, frère, conjoint... Gérer avec intelligence émotionnelle un proche difficile



LA DÉPRESSION, EN SORTIR PAR LE HAUT

DR TIM CANTOPHER

15 x 21 cm • 192 pages
16 €



979-10-285-0155-6

La méthode best-seller internationale qui va changer votre vie (enfin !)

PATRICIA DELAHAIE

Psychosociologue de formation, Patricia Delahaie est l'auteur de plusieurs best-sellers sur les relations humaines. Elle est aujourd'hui conférencière et coach de vie.

**COMMENT S'AIMER TOUJOURS?**

PATRICIA DELAHAIE

Les 7 piliers du bonheur à deux !

**COMMENT GUÉRIR DU MAL D'AMOUR**

PATRICIA DELAHAIE

De la rupture à la reconstruction en 5 étapes

**COMMENT PLAIRE EN 3 MINUTES**

PATRICIA DELAHAIE

Tout se joue sur la première impression !



11 x 17,8 cm • 192 p. • 6 €



11 x 17,8 cm • 256 p. • 6 €



11 x 17,8 cm • 192 p. • 6 €

**LA BIBLE DE LA COMMUNICATION NON VERBALE**

JEAN-CLAUDE MARTIN

Ce livre ultra-complet et illustré vous apporte toutes les méthodes pour mieux communiquer

**COMMENT DÉCODER LES GESTES DE VOS INTERLOCUTEURS**

DAVID COHEN

Gardez le contrôle de chaque situation et sachez ce qui se joue vraiment !



19 x 23 cm • 360 p. • 23 €

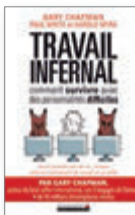


12,7 x 19,2 cm • 224 p. • 10 €

Voir aussi ...



p. 25

**TRAVAIL INFERNAL : COMMENT SURVIVRE AVEC DES PERSONNALITÉS DIFFICILES**

GARY CHAPMAN, PAUL WHITE ET HAROLD MYRA

Savoir prendre soin de soi... lorsque notre environnement de travail est un enfer !

**FRÈRES, SŒURS, GUÉRIR DE SES BLESSURES D'ENFANCE**

VIRGINIE MEGGLÉ ET ALIX LEDUC

Se débarrasser enfin des rivalités et des jalousies qui vous empoisonnent la vie



15 x 21 cm • 192 p. • 17 €



15 x 21 cm • 192 p. • 17 €

**COMMENT BRISER LA GLACE ET SE FAIRE DES AMIS**

FLORENCE LE BRAS

Le bon mot, la bonne phrase au bon moment... pour toutes les situations

**EN FINIR AVEC LES CRISES D'ANGOISSE**

SHIRLEY TRICKETT

Débrancher sa sonnette d'alarme pour mieux vivre, enfin !

**COMMENT SE DÉBARRASSER DE L'ANXIÉTÉ ET DE LA DÉPRESSION**

SHIRLEY TRICKETT

Un livre à garder sous la main pour ne jamais se laisser vaincre par l'anxiété et la dépression !



11 x 17,8 cm • 208 p. • 6 €



11 x 17,8 cm • 192 p. • 6 €

**ARRÊTE DE TE PLAINDRE ET BOUGE-TOI !**

LARRY WINGET

Une approche « coup de pied aux fesses » pour une vie meilleure !

**LES 5 SECRETS D'UNE BONNE VIE**

BERNARD LEDUC

150 citations pour méditer utile, ici et maintenant !

**CES PETITS RIENS QUI CHANGENT TOUT**

SUSAN TERKEL ET LARRY TERKEL

Comment vivre mieux au travail, à la maison, dans son corps et dans sa tête grâce à des petits changements de rien du tout

**DEMANDEZ ET VOUS RECEVREZ**

PIERRE MORENCY

Apprenez les principes de la réussite pour une vie plus épanouie



12,7 x 19,2 cm • 288 p. • 12 €



11 x 17,8 cm • 240 p. • 7 €



12,7 x 19,2 cm • 160 p. • 10 €



5 BONNES MINUTES LE MATIN
JEFFREY BRANTLEY ET WENDY MILLSTINE
12,7 x 19,2 cm • 224 p.
10 €
979-10-285-0037-5



LA PNL, MODE D'EMPLOI
STEVE BAVIER ET AMANDA VICKERS
11 x 17,8 cm • 352 p.
9,90 €
979-10-285-0084-9



LES 12 LOIS DU CERVEAU
JOHN MEDINA
14 x 21,5 cm • 320 p.
20 €
979-10-285-0014-6

Best-seller



LE GRAND ART DE LA PETITE CONVERSATION
DEBRA FINE
11 x 17,8 cm • 208 p.
8 €
978-2-84899-523-6



TESTEZ-VOUS POUR MIEUX VOUS CONNAÎTRE
MIKAEL KROGERUS ET ROMAN TSCHÄPPLER
15 x 21 cm • 192 p.
13 €
979-10-285-0060-3

À paraître : mai 2016



AIMER C'EST LAISSER SES PEURS DERRIÈRE SOI
DR GERALD G. JAMPOLSKY
15 x 21 cm • 160 p.
13 €
979-10-285-0220-1



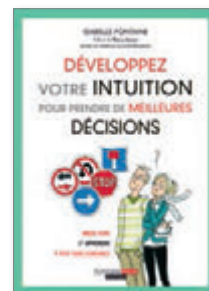
AU CŒUR DES 5 LANGAGES DE L'AMOUR
GARY CHAPMAN
10,5 x 14,5 cm • 80 p.
7 €
979-10-285-0078-8



SÉDUISEZ QUI VOUS VOULEZ
LEIL LOWNDES
15 x 21 cm • 352 p.
18 €
979-10-285-0034-4



SIMPLIFIEZ VOTRE VIE EN 7 JOURS
ERIN ROONEY DOLAND
11 x 17,8 cm • 256 p.
18 €
979-10-285-0062-7



DÉVELOPPEZ VOTRE INTUITION POUR PRENDRE DE MEILLEURES DÉCISIONS
ISABELLE FONTAINE
PRÉFACE DE THIERRY JANSSEN
15 x 21 cm • 272 pages • 15 €
978-2-84899-656-1

Mieux vivre et apprendre à vous faire confiance

L'intuition survient souvent sans crier gare pour vous offrir un pressentiment sur une personne, une situation, une décision à prendre. Contrairement à ce que l'on pense parfois, ce « sixième sens » n'est ni l'apanage des femmes ni un don acquis mystérieusement. Il est en fait même possible de le développer pour prendre de bien meilleures décisions dans votre vie professionnelle ou personnelle.

DAVID J. LIEBERMAN, DOCTEUR EN PSYCHOLOGIE

David J. Lieberman est un spécialiste du comportement humain. Hypnothérapeute et docteur en psychologie, il intervient comme expert dans des grandes entreprises et auprès de particuliers.



COMMENT OBTENIR LA VÉRITÉ EN MOINS DE 5 MINUTES
DAVID J. LIEBERMAN
L'art de déjouer les mensonges et autres manipulations
12,7 x 19,2 cm • 224 p. • 10 €
979-10-285-0028-3

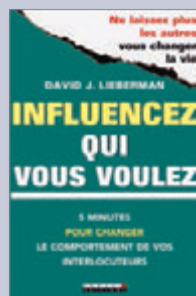
Best-seller



COMMENT OBTENIR CE QUE VOUS VOULEZ
DAVID J. LIEBERMAN
Cessez de vous laisser manipuler et faites de votre esprit une arme redoutable !
14 x 21,5 cm • 256 p. • 19 €
978-2-84899-311-9



LISEZ DANS LES PENSÉES DE VOS INTERLOCUTEURS
DAVID J. LIEBERMAN
Les secrets de la psychologie pour découvrir ce que vos interlocuteurs dissimulent
14 x 21,5 cm • 208 p. • 19 €
978-2-84899-533-5



INFLUENCEZ QUI VOUS VOULEZ
DAVID J. LIEBERMAN
5 minutes pour changer le comportement de vos interlocuteurs
14 x 21,5 cm • 240 p. • 19 €
979-10-285-0103-7

PARENTALITÉ

Devenir parent s'accompagne souvent de nombreuses inquiétudes et d'interrogations. Comment dois-je faire ceci? Ai-je bien fait cela? Ai-je pris la bonne décision? Pour vous aider à rester zen durant la grossesse et après l'arrivée de Bébé, nos livres vous donnent des solutions, des conseils et vous accompagnent tout au long de cette merveilleuse aventure.



WAOUH, JE GRANDIS : LES SEMAINES MIRACLE

DR HETTY VAN DE RIJET, DR FRANS PLOOIJ

Tous les parents le constatent : par moments, sans explication apparente, le comportement des bébés change et ils deviennent agités, pleurnichards et pots de colle. Dans ce livre, résultat d'une étude menée par des spécialistes, vous découvrirez que les phases d'agitation correspondent à des étapes majeures dans le développement des bébés : les semaines miracle.

Avec ce livre, vous allez :

- découvrir les 10 étapes majeures dans le développement des enfants pendant les 20 premiers mois de leur vie
- comprendre et voir le monde du point de vue de Bébé
- encourager votre enfant dans chaque étape
- apprendre quels sont les jeux et les jouets les mieux adaptés à chaque semaine « miracle ».



16 x 22,5 cm • 468 pages • 20 €



979-10-285-0187-7



97 FAÇONS DE FAIRE RIRE BÉBÉ

JACK MOORE

Testé par les parents, approuvé par les bébés !



LA CHECK-LIST DE LA FUTURE MAMAN

VIOLAIN CHATAL ET SOPHIE MILLOT

Ce qu'il faut prévoir, ce qu'il faut savoir, ce qu'il faut faire (et éviter) tout simplement

À paraître :
avril
2016



J'ÉTAIS UNE MÈRE PARFAITE AVANT D'AVOIR DES ENFANTS

GAËLLE RENARD

Couches, boulot, dodo, sexe et autres incompatibilités !



10 x 15 cm • 192 p. • 8,50 €

979-10-285-0105-1



11 x 17,8 cm • 256 p. • 7 €

978-2-84899-217-4



11 x 17,8 cm • 272 p. • 7 €

979-10-285-0195-2



LES 200 ASTUCES DE MAMAN TRAVAILLE

MARLÈNE SCHIAPPA

Tous les petits trucs indispensables pour être à la fois active et heureuse !



NOUVEAU PAPA

VINCENT VIDAL

Grossesse, naissance et première année... L'essentiel pour réussir dans votre nouveau rôle



CE QUE LES MÈRES N'AVOUENT JAMAIS

JESSICA CYMERMAN ET PETULA ROCHER

Oui, on les aime nos enfants, à la folie, MAIS parfois on craque ! Ne culpabilisez pas, toutes les mamans ont, un jour ou l'autre, pensé ou fait des choses un peu... inavouables !



12,7 x 19,2 cm • 224 p. • 10 €

978-2-84899-614-1



12,7 x 19,2 cm • 192 p. • 10 €

978-2-84899-716-2



12,7 x 19,2 cm • 160 p. • 10 €

979-10-285-0576-9



PREMIERS REPAS DE BÉBÉ : MUM BOOK

D^{re} ÈVE BALZAMO ET ELSA GRANGIER

De 0 à 3 ans, bien nourrir Bébé avec les conseils d'expertes et les astuces de mamans !



12,7 x 19,2 cm • 128 p. • 10 €

979-10-285-0043-6



DE MÈRE À FILLE
MELISSA HARRISON ET
HARRY H. HARRISON JR.
10 x 15 cm • 192 p.
7,50 €



979-10-285-0071-9



DE MÈRE À FILS
MELISSA HARRISON ET
HARRY H. HARRISON JR.
10 x 15 cm • 192 p.
7,50 €



979-10-285-0072-6



DE PÈRE À FILLE
HARRY H. HARRISON JR.
10 x 15 cm • 192 p.
7,50 €



979-10-285-0073-3



DE PÈRE À FILS
HARRY H. HARRISON JR.
10 x 15 cm • 192 p.
7,50 €



979-10-285-0074-0



L'HYPNONAISSANCE : LA MÉTHODE MONGAN

MARIE F. MONGAN

Accoucher en douceur avec l'autohypnose et la relaxation

Déjà pratiquée dans 45 pays, l'HypnoNaissance propose :

- Des explications simples et rassurantes pour mieux comprendre et apprivoiser votre corps pendant la grossesse afin d'accompagner ses changements en douceur.
- Des outils concrets pour en finir avec le mécanisme « peur-tension-douleur » : relaxations profondes, techniques de visualisation, exercices d'autohypnose...
- Les bonnes positions illustrées pour se muscler où il faut et faciliter chaque phase du travail...

Adaptation et traduction : Elizabeth Echlin et Ilona Fritsch

15 x 21 cm • 320 pages
18 €



979-10-285-0012-2

À
paraître :
avril
2016



QUAND VA-T-IL (ENFIN) FAIRE SES NUITS ?

D^R SARAH BURSAUX ET ALIX LEFIEF-DELCOURT

Avant la naissance et jusqu'aux trois ans de votre bébé, les jeunes parents se posent beaucoup de questions sur le sommeil de leur enfant (et leur propre sommeil !). Le Dr Sarah Bursaux, pédiatre, vient en aide aux jeunes parents et apportent des réponses précises et pratiques pour lui offrir (et s'offrir) le plus beau cadeau qui soit : un bon sommeil pour la vie.

15 x 21 cm • 320 pages
18 €



979-10-285-0201-0



MA MÉTHODE DE SOPHROLOGIE POUR LES ENFANTS + CD

CAROLE SERRAT ET LAURENT STOPNICKI

Troubles du sommeil, manque de concentration, crises de nerfs... Découvrez la méthode efficace pour des enfants sereins de 4 à 10 ans avec 50 pratiques ludiques de bien-être et un conte musical relaxant et interactif pour aider petits et grands à gérer leurs émotions.

15 x 21 cm • 192 pages
20 €



979-10-285-0116-7

Best-seller



PETITS POTS MAISON POUR BÉBÉ

ISABELLE LAURAS

140 recettes express et originales pour Bébé de 4 mois à 3 ans

11 x 17,8 cm • 224 p. • 6 €



978-2-84899-261-7



LES NOUVEAUX PETITS POTS MAISON POUR BÉBÉ

ISABELLE LAURAS

Il n'y a pas que le lait dans la vie ! À partir de 4 mois, Bébé va découvrir de nouveaux goûts... De ses premières purées à ses repas de « grand », c'est une belle aventure de saveurs qui démarre pour lui.

11 x 17,8 cm • 256 p. • 7 €



979-10-285-0121-1



COMMENT FONCTIONNE VRAIMENT LE CERVEAU DE VOTRE BÉBÉ

JOHN MEDINA

De 0 à 5 ans, découvrez comment élever des enfants heureux et intelligents



979-10-285-0080-1

16 x 22,5 cm • 320 p. • 20 €

Best-seller



MON AGENDA GROSSESSE

HÉLÈNE KOSMADAKIS

Semaine après semaine, tout ce qu'il faut savoir (et faire) pendant 9 mois



979-10-285-0006-1

12,7 x 19,2 cm • 320 p. • 10 €



FUTUR PAPA, LE GUIDE DE GROSSESSE POUR NOUS LES HOMMES

EMMANUEL PINON

Mois après mois, les réponses sans tabou à vos questions



979-10-285-0020-7

12,7 x 19,2 cm • 256 p. • 10 €



LE PETIT GUIDE DE L'APRÈS- ACCOUCHEMENT

ALIX LEDUC
PRÉFACE D'ANNA ROY

Allaitement, fatigue, baby blues... les bons conseils pour se remettre de la grossesse



978-2-84899-707-0

12,7 x 19,2 cm • 256 p. • 10 €



C'EST UNE FILLE!

ALIX LEDUC

11 x 17,8 cm • 224 p.
6 €



979-10-285-0039-9



C'EST UN GARÇON!

ALIX LEDUC

11 x 17,8 cm • 224 p.
6 €



979-10-285-0038-2

AMOUR & SEXUALITÉ

Pour que votre vie amoureuse rime avec séduction, passion, plaisir, découverte... voici des livres pour toutes les envies! Apprenez le délicieux langage de l'amour et partagez-le avec votre partenaire de plaisir.



LA CHECK-LIST DE VOTRE MARIAGE

FLORENCE LE BRAS

Tout ce qu'il faut savoir pour organiser son mariage sereinement!



11 x 17,8 cm • 256 p. • 7 €



CONFIDENCES D'UN SEXOLOGUE

DR GÉRARD LELEU

Les mémoires du plus grand sexologue français



14 x 21,5 cm • 224 p. • 19,90 €

À paraître :
mai 2016



RÊVES DE FEMMES

SOPHIE CADALEN

Sans tabou et pour mieux se connaître, tout savoir sur les fantasmes des femmes !



15 x 21 cm • 234 p. • 15 €



À VOUS LE 7^E CIEL

DR GÉRARD LELEU

Les secrets de la jouissance au féminin



12,7 x 19,2 cm • 352 p. • 12 €



UN DÉSIR SI FRAGILE

DR GHISLAINE PARIS

Les secrets du désir au féminin



12,7 x 19,2 cm • 288 p. • 10 €



L'ART DE LA FELLATION / L'ART DU CUNNILINGUS

DR GÉRARD LELEU

Un acte d'amour, un plaisir exquis... Un livre tête-bêche à lire à deux...



11 x 17,8 cm • 256 p. • 6 €



COMMENT LE FAIRE JUIR DE PLAISIR (ET VICEVERSA)

DR GÉRARD LELEU

Pour celles et ceux qui veulent booster leur vie sexuelle et envoyer l'autre au 7^e ciel...



11 x 17,8 cm • 320 p. • 7 €



COMMENT LA RENDRE FOLLE (DE VOUS)

DR GÉRARD LELEU

Devenez le meilleur amant qu'elle ait jamais connu !



11 x 17,8 cm • 224 p. • 7 €



COMMENT LE RENDRE FOU (DE VOUS)

DR GÉRARD LELEU

Entrez dans les coulisses du plaisir au masculin



11 x 17,8 cm • 224 p. • 6 €

À paraître :
mai 2016



ODE AU CLITORIS

DR GÉRARD LELEU

Le mode d'emploi sans tabou des plus exquises caresses pour les femmes



11 x 17,8 cm • 256 p. • 7 €



DONNER DU PLAISIR À UN HOMME

SERVANE VERGY

Les meilleurs conseils pour maîtriser l'art des caresses exquises



11 x 17,8 cm • 160 p. • 6 €

LES MALINS

L'objectif de cette collection 100 % malin ? Vous donner des conseils vraiment concrets et des astuces testées et approuvées pour tous les sujets essentiels de la vie quotidienne, le tout de façon décontractée et accessible pour des explications vraiment claires ! Du petit concentré d'infos pratiques au grand livre ultra-complet, trouvez le sujet et l'approche qui vous conviennent pour devenir vraiment malin !

INGRÉDIENTS



LES MEILLEURS INGRÉDIENTS MALINS!

COLLECTIF

Citron, vinaigre, bicarbonate, chlorure de magnésium, huile d'olive : les astuces 100 % pratiques pour la maison, la santé, la beauté...

Et si l'on pouvait tout faire chez soi avec quelques ingrédients bien choisis ? Santé, beauté, maison, cuisine, jardin... tout est dans ce beau livre relié, compilant les 5 meilleurs ingrédients : Le citron malin, Le vinaigre malin, Le bicarbonate malin, Le chlorure de magnésium malin, L'huile d'olive, c'est malin.

13 x 19,3 cm • 480 pages
15 €



978-2-84899-584-7



LE VINAIGRE MALIN

MICHEL DROULHIOLE

Produit miracle aux vertus innombrables, le vinaigre a tout pour plaire !

Côté maison, c'est une véritable fée du logis : anticalcaire, antirouille, détachant, désodorisant... Il est aussi efficace qu'une armoire pleine de produits d'entretien onéreux, toxiques et pas toujours efficaces ! Côté santé, le vinaigre sera votre ami au quotidien : dents blanches, cheveux lumineux, anti-mal de tête... Et il est aussi votre meilleur partenaire minceur !

11 x 17,8 cm • 192 pages
6 €



978-2-84899-291-4



LE BICARBONATE MALIN

MICHEL DROULHIOLE

11 x 17,8 cm • 192 p.
6 €



978-2-84899-354-6



LE CITRON MALIN

JULIE FRÉDÉRIQUE

11 x 17,8 cm • 224 p.
6 €



978-2-84899-332-4



LE CHLORURE DE MAGNÉSIUM MALIN

ALIX LEFIEF-DELCOURT

11 x 17,8 cm • 160 p.
6 €



978-2-84899-422-2



L'AIL MALIN

ALIX LEFIEF-DELCOURT

11 x 17,8 cm • 160 p.
6 €



979-10-285-0098-6



L'HUILE D'OLIVE, C'EST MALIN

JULIE FRÉDÉRIQUE

11 x 17,8 cm • 160 p.
6 €



978-2-84899-429-1



LE MIEL MALIN

ALIX LEFIEF-DELCOURT

11 x 17,8 cm • 192 p.
6 €



978-2-84899-384-3



LES HERBES AROMATIQUES, C'EST MALIN

ALIX LEFIEF-DELCOURT

11 x 17,8 cm • 176 p.
6 €



978-2-84899-602-8



LES ÉPICES, C'EST MALIN

ALIX LEFIEF-DELCOURT

11 x 17,8 cm • 192 p.
6 €



978-2-84899-524-3



LA LAVANDE, C'EST MALIN

DANIÈLE FESTY ET CATHERINE DUPIN

11 x 17,8 cm • 208 p.
6 €



978-2-84899-543-4



LA LEVURE DE BIÈRE, C'EST MALIN

ALIX LEFIEF-DELCOURT

11 x 17,8 cm • 160 p.
6 €



979-10-285-0182-2



LE RAISIN MALIN

ALIX LEFIEF-DELCOURT

11 x 17,8 cm • 192 p.
6 €



979-10-285-0109-9



LE SEL MALIN

ALIX LEFIEF-DELCOURT

11 x 17,8 cm • 192 p.
6 €



978-2-84899-428-4



L'ARGILE, C'EST MALIN

ALIX LEFIEF-DELCOURT

11 x 17,8 cm • 160 p.
6 €



978-2-84899-448-2



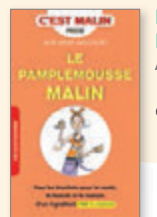
L'ORTIE, C'EST MALIN

ALIX LEFIEF-DELCOURT

11 x 17,8 cm • 160 p.
6 €



978-2-84899-539-7



LE PAMPLEMOUSSE MALIN

ALIX LEFIEF-DELCOURT

11 x 17,8 cm • 192 p.
6 €



979-10-285-0161-7



LES MALINS

CUISINE, MAISON ET JARDIN



13 x 19,3 cm • 552 pages
17 €



UNE MAISON TOUTE PROPRE, C'EST MALIN

COLLECTIF

Les meilleures astuces 100 % pratiques pour un intérieur impeccable

Vous cherchez des solutions naturelles pour remplacer vos produits industriels? Faites confiance au vinaigre pour détartrer et désinfecter; au bicarbonate pour désodoriser ou détacher... Entretien et ranger votre maison de façon économique et écologique devient un jeu d'enfant avec cette compilation des 5 livres suivants : *Le ménage malin, Le vinaigre malin, Le bicarbonate malin, Tout détacher au naturel, Le rangement malin!*



15 x 21 cm • 256 pages
15 €



JE FAIS TOUT MOI-MÊME, C'EST MALIN

NATHALIE CAYZAC

Ménage, beauté, cuisine... 150 conseils et recettes pour un quotidien plus sain et économique

Allergiques ou intolérants, écolos, petits budgets... Quelle que soit votre motivation première, il n'y a que des avantages à se tourner vers le fait-maison, que ce soit dans la salle de bains, la cuisine ou le jardin. Et, non, ce n'est pas plus compliqué, la preuve dans ce livre!



DEVENIR PROPRIÉTAIRE, C'EST MALIN

PATRICIA MORÉREAU
AVEC LA COLLABORATION
DE THIBAUT CHANEL, ALEXA
FUNÈS ET JOËL BOUMENDIL
19 x 23 cm • 384 p. • 20 €



LE RANGEMENT MALIN

CAMILLE ANSEAUME
11 x 17,8 cm • 192 p.
6 €



Best-seller



LE MÉNAGE MALIN

JULIE FRÉDÉRIQUE
11 x 17,8 cm • 192 p.
6 €



TOUT DÉTACHER AU NATUREL, C'EST MALIN

MICHEL DROULHIOLE
11 x 17,8 cm • 192 p.
6 €



UN JARDIN BIO, C'EST MALIN

DANIEL BROCHARD
11 x 17,8 cm • 192 p.
6 €



LE POTAGER MALIN

PHILIPPE ASSERAY
11 x 17,8 cm • 192 p.
6 €



ÉLEVER DES POULES, C'EST MALIN

CATHERINE DUPIN
11 x 17,8 cm • 192 p.
6 €



ÉDUCER SON CHIEN, C'EST MALIN

SOPHIE DE VILLENOSY
11 x 17,8 cm • 256 p.
6 €



SOUPES MAISON, C'EST MALIN

ALIX LEDUC
11 x 17,8 cm • 192 p.
6 €





LES MALINS

SANTÉ



SE SOIGNER AVEC LA RÉFLEXOLOGIE, C'EST MALIN

ANNE DUFOUR, PRÉFACE DE SOPHIE LASCOTE

Migraine, stress, mal de dos... soulagez vos maux en appuyant sur les points réflexes



15 x 21 cm • 192 p. • 15 €

979-10-285-0018-4



MANGER VÉGÉTARIEN, UN PEU, BEAUCOUP, PASSIONNÉMENT ! C'EST MALIN

ALEXANDRA CHOPARD

Aliments, listes de courses, menus et recettes pour adopter la « veggie attitude » pour un jour ou toujours sans carence !



15 x 21 cm • 208 p. • 15 €

979-10-285-0183-9



SANS GLUTEN : MODE D'EMPLOI, C'EST MALIN

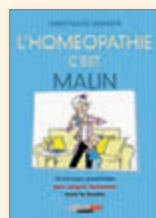
CAROLE GARNIER

Cuisiner gourmand et facile quand on est intolérant au gluten



15 x 21 cm • 224 p. • 15 €

979-10-285-0053-5



L'HOMÉOPATHIE, C'EST MALIN

ALIX LEFIEF-DELCOURT

10 trousses essentielles pour soigner toute la famille



15 x 21 cm • 224 p. • 15 €

978-2-84899-673-8



LES HUILES ESSENTIELLES, C'EST MALIN

DANIELLE FESTY ET CATHERINE DUPIN

Tous les bienfaits de 6 huiles incroyables pour la santé, la beauté, la maison et la cuisine



15 x 21 cm • 240 p. • 15 €

978-2-84899-576-2



LES HUILES VÉGÉTALES, C'EST MALIN

JULIEN KAIBECK

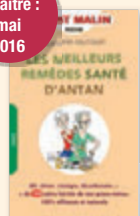
Huile d'olive, d'argan, de noisette... les meilleures huiles et les conseils pour la beauté, la santé, la maison ou la cuisine



15 x 21 cm • 256 p. • 15 €

978-2-84899-637-0

A paraître : mai 2016



LES MEILLEURS REMÈDES SANTÉ D'ANTAN MALIN

ALIX LEFIEF-DELCOURT

11 x 17,8 cm • 192 p. 6 €



979-10-285-0213-3



LES FLEURS DE BACH, C'EST MALIN

ANNE-SOPHIE LUQUET-SABOULARD

11 x 17,8 cm • 224 p. 6 €



978-2-84899-729-2



LA DÉTOX, C'EST MALIN

ANNE DUFOUR ET CATHERINE DUPIN

11 x 17,8 cm • 224 p. 6 €



978-2-84899-677-6



DIABÉTIQUE ET MALIN

D^r PIERRE NYS

11 x 17,8 cm • 208 p. 6 €



978-2-84899-704-9



NE PLUS AVOIR MAL AU DOS, C'EST MALIN

PENNY INGHAM ET COLIN SHELBOURN

11 x 17,8 cm • 192 p. 6 €



978-2-84899-579-3



NE PLUS ÊTRE FATIGUÉ, C'EST MALIN

ALEXANDRA CHOPARD

11 x 17,8 cm • 208 p. 6 €



979-10-285-0009-2



BIEN DORMIR, C'EST MALIN

NATHALIE FERRON

11 x 17,8 cm • 192 p. 6 €



978-2-84899-623-3

Best-seller



LA BEAUTÉ, C'EST MALIN

JULIE FRÉDÉRIQUE

11 x 17,8 cm • 192 p. 6 €



978-2-84899-517-5



ENTRAÎNER SA MÉMOIRE, C'EST MALIN

ANNE DUFOUR ET CATHERINE DUPIN

11 x 17,8 cm • 208 p. 6 €



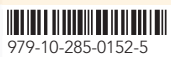
978-2-84899-719-3



LE JEÛNE, MODE D'EMPLOI

SOPHIE LACOSTE ET GIBERT BÖLLING

11 x 17,8 cm • 192 p. 6 €



979-10-285-0152-5

LES MALINS

FORME, MINCEUR



UNE SILHOUETTE AU TOP : MODE D'EMPLOI, C'EST MALIN

LUCILE WOODWARD ET ISABELLE LAURAS

Vous voulez perdre vos quelques kilos superflus ? Retrouver votre silhouette après une grossesse ? Vous sentir enfin bien dans votre corps ? Ce livre est fait pour vous ! Ici, pas de régime draconien ni de programme sportif intensif. Vous allez simplement réapprendre à écouter votre corps, manger équilibré et vous muscler en douceur... pour retrouver une silhouette au top !

13 x 19,3 cm • 432 pages
17 €



LE RUNNING AU FÉMININ, C'EST MALIN

CÉCILE BERTIN

11 x 17,8 cm • 192 p.
6 €



MAIGRIR AVEC LE RÉGIME PALÉO

CATHERINE DUPIN

11 x 17,8 cm • 192 p.
6 €



MAIGRIR AVEC LE RÉGIME VENTRE PLAT

ANNE DUFOUR

11 x 17,8 cm • 192 p.
6 €



MAIGRIR AVEC LE RÉGIME BRÛLE-GRAISSES, C'EST MALIN

ANNE DUFOUR

11 x 17,8 cm • 192 p.
6 €



MAIGRIR MALIN

ISABELLE LAURAS

11 x 17,8 cm • 208 p.
6 €



UNE SILHOUETTE DE RÊVE, C'EST MALIN

LUCILE WOODWARD

11 x 17,8 cm • 208 p.
6 €



UN VENTRE PLAT, C'EST MALIN

LUCILE WOODWARD

11 x 17,8 cm • 176 p.
6 €



LE YOGA MALIN

MATHILDE PITON

11 x 17,8 cm • 208 p.
6 €



LOISIRS ET VIE QUOTIDIENNE



DÉPENSER MOINS, CONSOMMER MIEUX, C'EST MALIN

FLORENCE LE BRAS

15 x 21 cm • 224 p.
15 €



LE SOLFÈGE MALIN

DANIEL ICHBIAH

19 x 23 cm • 288 p.
20 €



APPRENDRE LA GUITARE, C'EST MALIN

JÉRÔME DE LUCA ET ALIX LEDUC

15 x 21 cm • 240 p.
15 €



L'ANGLAIS MALIN

MARK SCOTT ET JULIE FRÉDÉRIQUE

11 x 17,8 cm • 240 p.
6 €



LES 1000 MOTS À CONNAÎTRE EN ANGLAIS, C'EST MALIN

ANNA CULLETON

11 x 17,8 cm • 192 p.
6 €



PARLER ANGLAIS EN 5 MINUTES PAR JOUR, C'EST MALIN

JULIE FRÉDÉRIQUE

11 x 17,8 cm • 192 p.
6 €



EN FINIR AVEC LES FAUTES DE FRANÇAIS, C'EST MALIN

JEAN-PIERRE COLIN

11 x 17,8 cm • 192 p.
6 €



PARIS GRATUIT, C'EST MALIN

LUDOVIC GIRODON ET OLIVIA TAHAR

11 x 17,8 cm • 224 p.
6 €



PARIS AVEC LES ENFANTS, C'EST MALIN

ALIX LEFIEF-DELICOURT ET STÉPHANIE BUHOT

11 x 17,8 cm • 192 p.
6 €



À paraître :
avril 2016



LES MALINS

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

À paraître :
avril
2016



LES SECRETS DE LA PNL C'EST MALIN

JEAN-MICHEL JAKOBOWICZ

Difficultés de communication, phobies, hontes, conflits... le mode d'emploi pour les surmonter



979-10-285-0203-4

11 x 17,8 cm • 192 p. • 6 €



LA SOPHROLOGIE C'EST MALIN + CD

CAROLE SERRAT

En finir avec la fatigue, le stress et les tensions en toute simplicité



979-10-285-0004-7

15 x 21 cm • 224 p. • 18 €



L'ESTIME DE SOI, C'EST MALIN

AMÉLIA LOBBÉ

Les clés pour mieux vivre avec soi et les autres !



978-2-84899-685-1

11 x 17,8 cm • 160 p. • 6 €



TRANSFORMER SA VIE AVEC LES THÉRAPIES COMPORTEMENTALES ET COGNITIVES, C'EST MALIN

BORIS GUIMPEL

Maîtrisez enfin vos émotions, domptez vos angoisses et vos mauvaises habitudes pour mieux vivre



979-10-285-0059-7

15 x 21 cm • 192 p. • 15 €



AVOIR (ENFIN!) CONFIANCE EN SOI, C'EST MALIN

MYRIAM HOFFMANN ET HÉLÈNE
MATHIEU-VENARD

Valorisez votre image et révélez le meilleur de vous-même



979-10-285-0048-1

11 x 17,8 cm • 192 p. • 6 €



LA PENSÉE POSITIVE, C'EST MALIN

AURORE AÏMELET

8 étapes pour cultiver l'optimisme en toute simplicité



978-2-84899-727-8

11 x 17,8 cm • 160 p. • 6 €



APPRENDRE À LÂCHER PRISE, C'EST MALIN

CÉCILE NEUVILLE

Les clés pour s'épanouir et atteindre la paix intérieure



979-10-285-0030-6

11 x 17,8 cm • 224 p. • 6 €



VAINCRE L'ANXIÉTÉ, C'EST MALIN

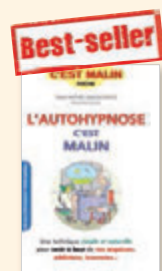
AMÉLIA LOBBÉ

Les techniques efficaces pour reprendre le dessus



979-10-285-0075-7

11 x 17,8 cm • 192 p. • 6 €



L'AUTOHYPNOSE, C'EST MALIN

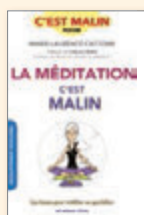
JEAN-MICHEL JOKOBOWICZ

Une technique simple et naturelle pour venir à bout de vos angoisses, addictions, insomnies...



978-2-84899-686-8

11 x 17,8 cm • 192 p. • 6 €



LA MÉDITATION, C'EST MALIN

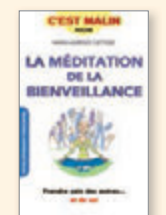
MARIE-LAURENCE CATTOIRE
PRÉFACE DE FABRICE MIDAL

Les bases pour méditer au quotidien et mieux vivre



978-2-84899-703-2

11 x 17,8 cm • 192 p. • 6 €



LA MÉDITATION DE LA BIENVEILLANCE, C'EST MALIN

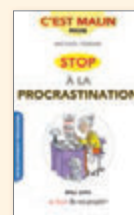
MARIE-LAURENCE CATTOIRE

Prendre soin des autres... et de soi.



979-10-285-0119-8

11 x 17,8 cm • 192 p. • 6 €



STOP À LA PROCRASTINATION, C'EST MALIN

MICHAËL FERRARI

Allez enfin au bout de vos projets !



978-2-84899-686-8

11 x 17,8 cm • 224 p. • 6 €

LES MALINS

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL



LE MEILLEUR DU DÉVELOPPEMENT PERSONNEL, C'EST MALIN

MARIE-LAURENCE CATTOIRE, CÉCILE NEUVILLE,
JEAN-MICHEL JAKOBOWICZ ET JEAN-MICHEL GURRET

Vous cherchez à vous épanouir enfin ? Retrouver confiance en vous, améliorer votre quotidien sans stress ni angoisses ? Ce livre est fait pour vous ! Il regroupe quatre des grands thèmes du développement personnel : la méditation, l'autohypnose, le lâcher-prise et l'EFT (Emotional Freedom Techniques ou techniques de libération émotionnelle).

13 x 19,3 cm • 480 pages
17 €



979-10-285-0124-2



VIVE L'AUTOHYPNOSE, C'EST MALIN + CD

JEAN-MICHEL JAKOBOWICZ

L'autohypnose est un outil à la fois simple et très efficace pour vous détendre et soigner de nombreux maux (un problème d'insomnie ou votre addiction à la cigarette, par exemple). Contrairement à ce que vous pourriez croire, vous savez déjà comment pratiquer l'autohypnose ! Vous le faites sans le savoir. Jean-Michel Jakobowicz, hypnothérapeute, va vous aider à parfaire votre technique spontanée pour en faire un véritable outil thérapeutique.

15 x 21 cm • 224 pages
18 €



979-10-285-0104-4



NE PLUS SE GÂCHER LA VIE, C'EST MALIN

AUORE AIMELET

8 étapes pour apprendre à lâcher prise, à se valoriser, à positiver... pour (re)trouver la joie de vivre !



979-10-285-0107-5

11 x 17,8 cm • 176 p. • 6 €



DÉNOUER LES CONFLITS SANS VIOLENCE, C'EST MALIN

PASCALE DE LOMAS

En couple, au travail, avec les enfants... pour des relations apaisées et sans rancœur.



979-10-285-0108-2

11 x 17,8 cm • 160 p. • 6 €



MIEUX VIVRE AVEC L'EFT, C'EST MALIN

JEAN-MICHEL GURRET

Retrouvez équilibre et énergie avec les techniques de libération émotionnelle



979-10-285-0017-7

11 x 17,8 cm • 208 p. • 6 €



OPÉRATION ANTISTRESS, C'EST MALIN

ANNE DUFOUR, CATHERINE DUPIN

Menus, exercices respiratoires, réflexes naturels : 2 semaines pour dire « non » au stress !



979-10-285-0120-4

11 x 17,8 cm • 192 p. • 6 €



NE PLUS SE LAISSER MANIPULER, C'EST MALIN

ANTOINE SPATH
AVEC LA CONTRIBUTION DE ALIX LEFIEF-DELICOURT

Les manipulateurs sont partout... ouvrez l'œil et ne vous faites plus avoir !



979-10-285-0138-9

15 x 21 cm • 224 p. • 15 €



DÉCODER SES GESTES EN 10 LEÇONS

VALENTIN BECMEUR
AVEC LA CONTRIBUTION DE ALIX LEFIEF-DELICOURT

Ne laissez plus vos gestes vous trahir !



979-10-285-0144-0

11 x 17,8 cm • 192 p. • 6 €



LES SECRETS DE L'HO'OPONOPONO, C'EST MALIN

CAROLE BERGER

La méthode des sages hawaïens pour faire la paix avec soi et avec les autres



979-10-285-0140-2

11 x 17,8 cm • 192 p. • 6 €



SURMONTEZ VOS PEURS, C'EST MALIN

JEAN-MICHEL JAKOBOWICZ

Les clés simples et concrètes pour se libérer de l'anxiété, des phobies, de la timidité...



979-10-285-0171-6

11 x 17,8 cm • 192 p. • 6 €

À paraître :
avril 2016



ARRÊTER DE S'ÉNERVER, C'EST MALIN

AUORE AIMELET

Les 5 étapes pour retrouver des relations apaisées avec votre entourage



979-10-285-0194-5

11 x 17,8 cm • 192 p. • 6 €



LES MALINS

FAMILLE ET COUPLE



EN FORME PENDANT ET APRÈS LA GROSSESSE, C'EST MALIN

LUCILE WOODWARD
11 x 17,8 cm • 192 p. • 6 €



979-10-285-0041-2

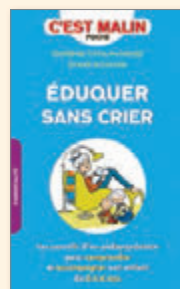


DEVENIR UN SUPER PAPA, C'EST MALIN

XAVIER KREUTZER
11 x 17,8 cm • 224 p.
6 €



978-2-84899-658-5



ÉDUCER SANS CRIER, C'EST MALIN

D^r RAFI KOJAYAN ET SANDRINE CATALAN-MASSÉ

En tant que parent, vous rêvez d'offrir à vos enfants une éducation épanouissante, alliant fermeté et bienveillance. Vous voulez être à l'écoute tout en sachant poser des limites. Ce guide pratique a justement été conçu pour vous aider à adopter au quotidien les bons principes d'une éducation positive !

11 x 17,8 cm • 192 pages
6 €



979-10-285-0172-3



LA GROSSESSE MALIN

ALIX LEFIEF-DELCOURT
11 x 17,8 cm • 192 p.
6 €



978-2-84899-592-2



LA GROSSESSE AU NATUREL, C'EST MALIN

MÉLANIE SCHMIDT-ULMANN
11 x 17,8 cm • 224 p.
6 €



978-2-84899-468-0



LA PREMIÈRE ANNÉE DE BÉBÉ, C'EST MALIN

D^r SARAH BURAUX ET
ALIX LEFIEF-DELCOURT
15 x 21 cm • 288 p.
15 €



978-2-84899-715-5



GRANDS-PARENTS ET MALINS

FLORENCE LE BRAS
15 x 21 cm • 224 p.
15 €



978-2-84899-700-1

À paraître :
mai
2016



SOS PARENTS DÉBUTANTS, C'EST MALIN

CATHERINE GERBOD ET D^r BERNARD BEDOURET

Quand on est parent pour la première fois, on se pose mille questions sur ce bout de chou que l'on apprend à connaître chaque jour. Avec ce livre 100 % pratique et original, pas de panique ! Écrit par une maman et son pédiatre, il répond de façon très concrète à toutes les interrogations des jeunes parents. Le nourrir, le changer, le soigner... le mode d'emploi indispensable, testé et approuvé !

11 x 17,8 cm • 192 pages
6 €



979-10-285-0219-5



POCHES

Tous les sujets de la vie quotidienne à petit prix!

Santé



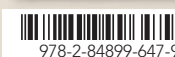
978-2-84899-236-5



979-10-285-0147-1



979-10-285-0135-8



978-2-84899-647-9



979-10-285-0032-0



978-2-84899-661-5



978-2-84899-537-3



978-2-84899-391-1



979-10-285-0085-6



978-2-84899-168-9



978-2-84899-173-3



979-10-285-0139-6



979-10-285-0086-3



979-10-285-0186-0



979-10-285-0223-2



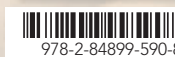
978-2-84899-218-1



979-10-285-0214-0



979-10-285-0118-1



978-2-84899-590-8



979-10-285-0158-7

À paraître :
mai 2016



Cuisine
santé



978-2-84899-449-9



978-2-84899-516-8



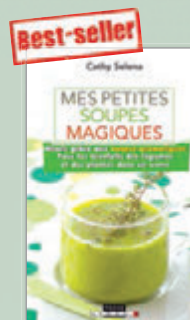
979-10-285-0097-9



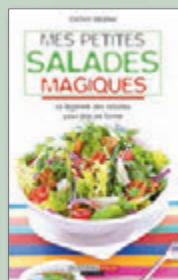
978-2-84899-633-2



978-2-84899-644-8



978-2-84899-248-8



978-2-84899-315-7



978-2-84899-563-2



978-2-84899-683-7



978-2-84899-718-6



978-2-84899-376-8



978-2-84899-561-8



979-10-285-0011-5



978-2-84899-463-5



978-2-84899-472-7



978-2-84899-484-0



978-2-84899-501-4



978-2-84899-554-0



978-2-84899-507-6



979-10-285-0050-4



979-10-285-0064-1



978-2-84899-412-3



978-2-84899-471-0



978-2-84899-659-2



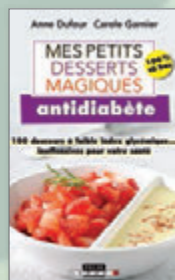
979-10-285-0031-3



978-2-84899-390-4



978-2-84899-698-1



979-10-285-0131-0



979-10-285-0130-3



979-10-285-0132-7



979-10-285-0173-0



979-10-285-0169-3



979-10-285-0170-9



979-10-285-0202-7



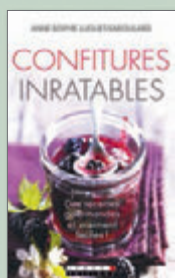
979-10-285-0150-1



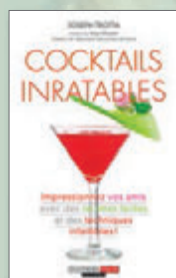
979-10-285-0173-0



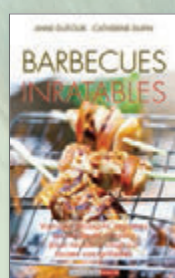
979-10-285-0149-5



978-2-84899-546-5



978-2-84899-603-5



978-2-84899-617-2



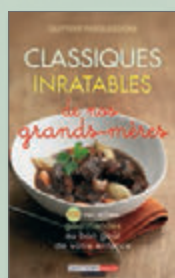
979-10-285-0019-1



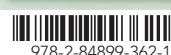
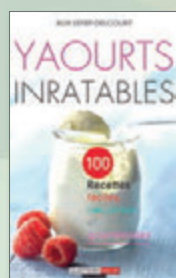
978-2-84899-651-6



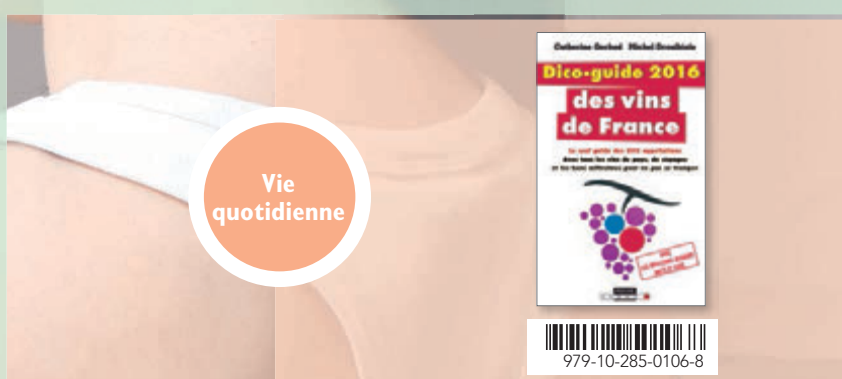
978-2-84899-650-9



978-2-84899-657-8



978-2-84899-362-1



979-10-285-0106-8

Vie
quotidienne



978-2-84899-217-4



978-2-84899-261-7



979-10-285-0121-1



978-2-84899-532-8

Parentalité



979-10-285-0195-2



979-10-285-0039-9



979-10-285-0038-2

**Amour
&
Sexualité**


978-2-84899-145-0



978-2-84899-207-5



978-2-84899-144-3



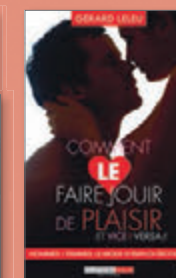
978-2-84899-392-8

 À paraître :
mai
2016


979-10-285-0217-1



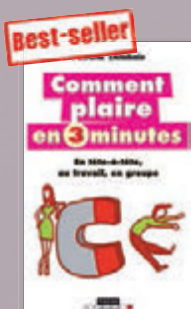
979-10-285-0087-0



978-2-84899-353-9

**Développement
personnel et vie
professionnelle**


979-10-285-0196-9



979-10-285-0174-7



979-10-285-0129-7



978-2-84899-500-7



978-2-84899-523-6



978-2-84899-564-9



978-2-84899-612-7



978-2-84899-660-8



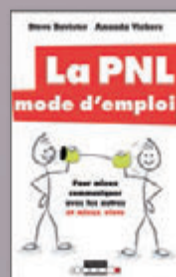
978-2-84899-674-5



979-10-285-0062-7



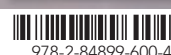
979-10-285-0063-4



979-10-285-0084-9



978-2-84899-531-1



978-2-84899-600-4



978-2-84899-515-1



978-2-84899-348-5

Éditions Alisio

La marque dédiée au monde de l'entreprise
et à la vie professionnelle

UN MOT POUR DÉCRIRE TOUT UN ÉTAT D'ESPRIT

Alisio est le mot portugais pour désigner les alizés ou « trade winds » en anglais. En repérant ces vents au ^{xv}^e siècle, les navigateurs portugais découvraient la clé pour naviguer en direction des Amériques. Héritiers de ces navigateurs, les entrepreneurs et les managers sont les nouveaux aventuriers des temps modernes.

Avec Alisio, nous vous invitons à ouvrir votre esprit, à penser plus grand et plus loin à travers des livres inspirants !

MESUREZ-VOUS AUX PLUS GRANDS

Découvrez avec Alisio les plus grands penseurs de notre époque : **Robert Greene**, le Machiavel des temps modernes aux 10 millions de livres vendus, mais aussi **David Allen**, l'un des théoriciens de la productivité les plus influents au monde.

Immergez-vous également dans le témoignage passionnant d'acteurs clés du monde de l'entreprise (en France et ailleurs) qui vous livrent les secrets de leur succès et de leur inspiration.

Pour suivre l'actualité de la marque Alisio

Rendez-vous sur le site dédié, où vous trouverez :

- les dernières parutions à découvrir ;
- des sujets d'actualité passés au crible pour vous inspirer au quotidien ;
- des interviews de grandes personnalités ;
- les rendez-vous à ne pas manquer près de chez vous...

Rejoignez-nous sur :

www.alisio.fr

Découvrez aussi :



Notre page Facebook « Alisio » pour ne jamais passer à côté d'un nouvel article sur le site Alisio, pour connaître toute l'actualité de nos livres et de nos auteurs, des articles sans cesse renouvelés...



A L I S I O



14,5 x 22,5 cm • 288 pages
24 €



979-10-92928-17-4

LA RÉVOLUTION HOLACRACY

BRIAN J. ROBERTSON

Le système de management des entreprises performantes

Voici enfin un ouvrage du créateur de Holacracy, qui montre le fonctionnement et la mise en oeuvre de ce nouveau système révolutionnaire de management des entreprises.

Holacracy est un système très structuré offrant aux gens le pouvoir de prendre des décisions en fonction de la nature de leur travail (leurs rôles) et non de leur titre (leur poste).



23,6 x 28 cm • 256 pages
40 €



979-10-929-2811-2

GOODVERTISING

THOMAS KOLTER

Quand la publicité allie efficacité, créativité et conscience écologique

La publicité peut-elle être une force positive ? Peut-elle entraîner une amélioration sociale ou permettre une prise de conscience écologique ? Organisé en 10 chapitres, *Goodvertising* met en valeur le travail créatif de 120 campagnes publicitaires à travers le monde. Chacune de ces campagnes provient des meilleures agences de publicité, travaillant avec de nombreux médias et pour un portefeuille de clients prestigieux : Unilever, Coca-Cola, Ben & Jerry's, Nike, Tropicana, Volkswagen, Microsoft et IKEA, et pour des organisations telles que Greenpeace, Amnesty International, PETA et le WWF.

Le livre de chevet de tous les amoureux de la communication et de la publicité !



14,5 x 22,5 cm • 288 pages
22 €



979-10-92928-18-1

ENSEMBLE ON VA PLUS LOIN

GAËTAN DE SAINTE MARIE ET ANTOINE PIVOT

Dinosaures ou fourmis : quel destin choisit la France ?

L'économie collaborative, une chance pour l'économie française !

La nouvelle économie collaborative, une menace pour l'économie traditionnelle ? Pas du tout ! Les entreprises traditionnelles peuvent s'inspirer des méthodes des nouvelles entreprises pour grandir. Cette nouvelle économie, porte d'entrée vers le monde de demain, est une source extraordinaire d'opportunités.

Écrit à l'attention des dirigeants, des managers, des cadres, des entrepreneurs et des étudiants, ce livre, basé sur des exemples d'entreprises collaboratives (BlaBlaCar, Airbnb, Leboncoin, KissKissBankBank...), donne les clés pour faire évoluer le management et réinventer les entreprises traditionnelles en s'inspirant de l'économie collaborative. Le mode d'emploi gagnant !



14,5 x 22,5 cm • 192 pages
20 €



979-10-92928-12-9

LE TRAVAIL POUR TOUS

SAMUEL TUAL

Revaloriser le travail pour sauver la France

La France, malgré ses atouts et ses ressorts formidables, est menacée de déclin. Les Français sont dans la défiance, avec un moral au plus bas, et prennent conscience des blocages qui les empêchent d'avancer. Le défi le plus crucial à relever pour la France est sans conteste la lutte contre le chômage, qui ne peut passer que par un changement radical de notre perception du travail. Pourquoi le travail est-il considéré comme une souffrance ? Pourquoi ne parle-t-on que de pénibilité au travail ? Pourquoi laisse-t-on penser que l'on ne peut se réaliser qu'en dehors du travail ? Pourquoi et comment en est-on arrivé là ? Dans cet essai engagé, Samuel Tual offre une analyse inédite de l'état de la France et propose des solutions positives pour revaloriser le travail, sortir des contraintes qui étouffent l'économie, les salariés et les entreprises, et sauver la France du déclin qui la guette.

À paraître :
avril
2016



14,5 x 22,5 cm • 336 pages
19 €



979-10-92928-19-8

DEVENEZ RICHE NOUVELLE ÉDITION

RAMIT SETHI, MICHAËL FERRARI

Vous aimeriez faire fructifier votre argent ?

Économiser suffisamment pour monter votre propre entreprise ? Ou faire le voyage de vos rêves ? Et si c'était juste une question de gestion et de méthode ?

Dans ce guide vraiment très pratique, découvrez des conseils simples à mettre en oeuvre et qui changeront votre vie.

N'attendez plus, passez à l'action et suivez le programme en 6 semaines pour réorganiser vos finances.



978-2-84899-713-1

OSER ÊTRE LA CHEF

VALÉRIE ROCOPLAN

Pour celles qui veulent assumer leur ambition professionnelle et réussir leur carrière !



979-10-929-2804-4

MANAGEMENT GAME

FRÉDÉRIC ET ISABELLE REY-MILLET

Ce que vous devez connaître et faire pour réussir votre prise de fonction

14,5 x 22,5 cm • 320 p. • 24 €



ROBERT GREENE

Robert Greene est diplômé de l'université de Berkeley, Californie, en Lettres classiques. Né en 1959, il a travaillé à New York comme journaliste pour plusieurs magazines et à Hollywood comme scénariste. Il a également vécu à Londres, Paris et Barcelone et parle plusieurs langues couramment, dont le français. Considéré comme le Machiavel des temps modernes, Robert Greene conseille de nombreuses entreprises, des hommes politiques et des célébrités américaines comme le rappeur 50 Cent. S'inspirant des personnages les plus marquants de l'histoire, ses ouvrages, qui ont déjà conquis des millions de personnes, vous permettront de comprendre les règles qui gouvernent le monde...

« Pensez librement, parlez sobrement. »

Robert Greene

Best-seller



16,4 x 23,2 cm • 464 pages
26 €



979-10-929-2814-3

POWER

ROBERT GREENE

Le pouvoir... on le désire, on le craint, on veut s'en protéger...

Le sentiment de n'avoir aucun pouvoir sur les gens et les événements est difficilement supportable : l'impuissance rend malheureux. Personne ne réclame moins de pouvoir, tout le monde en veut davantage. Amoral, intelligent, impitoyable et captivant, cet ouvrage colossal condense 3 000 ans d'histoire du pouvoir en 48 lois. Véritable manuel de la manipulation, il analyse la quintessence de cette sagesse millénaire, tirée de la vie et des œuvres des plus illustres stratèges, hommes d'État, séducteurs et escrocs de l'histoire.



16,4 x 23,2 cm • 504 pages
26 €



979-10-92928-15-0

L'ART DE LA SÉDUCTION

ROBERT GREENE

La plus belle arme du pouvoir de tous les temps...

Obtenez ce que vous voulez en vous servant du talon d'Achille de chacun : l'insatiable besoin de plaisir. La séduction est la forme la plus aboutie, la plus subtile, la plus intelligente du pouvoir. Robert Greene identifie les lois d'un jeu impitoyable et intemporel pour ensorceler et contraindre votre adversaire à capituler. Il vous faudra d'abord créer du désir chez votre victime, jouer avec ses sentiments en alternant plaisir et confusion, puis vous faire désirer toujours plus... pour enfin exécuter les dernières notes de votre triomphe.



16,4 x 23,2 cm • 500 pages
26 €



979-10-92928-16-7

STRATÉGIE

ROBERT GREENE

Inspirées des guerres les plus sanglantes de toute l'Histoire, découvrez les 33 stratégies les plus efficaces pour vaincre le jeu social et subtil de notre quotidien. Le monde est une arène où les luttes de pouvoir, parfois complexes et insidieuses, font partie de la vie de tous les jours. Ce livre fournit toutes les munitions psychologiques et connaissances pratiques dont vous avez besoin pour vaincre le jeu social et subtil de notre quotidien.



ATTEINDRE L'EXCELLENCE

ROBERT GREENE

Nous sommes tous capables d'atteindre l'excellence !



979-10-92928-01-3

16,4 x 23,2 cm • 336 p. • 26 €



LA 50e LOI

ROBERT GREENE ET 50 CENT

14 x 21,5 cm • 320 p.
21 €



978-2-84899-475-8

ET MAINTENANT EN ÉDITION CONDENSÉE !



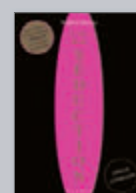
POWER, LES 48 LOIS DU POUVOIR : L'ÉDITION CONDENSÉE

ROBERT GREENE

11 x 16,5 cm • 224 p.
14 €



979-10-929-2814-3



L'ART DE LA SÉDUCTION, L'ÉDITION CONDENSÉE

ROBERT GREENE

11,5 x 16,5 cm • 224 p.
14 €



979-10-92928-15-0



STRATÉGIE, LES 33 LOIS DE LA GUERRE : L'ÉDITION CONDENSÉE

ROBERT GREENE

11,5 x 16,5 cm • 224 p.
14 €



979-10-92928-16-7



14,5 x 22,5 cm • 400 pages
23 €



S'ORGANISER POUR RÉUSSIR

DAVID ALLEN,
PRÉFACE DE PHILIPPE BLOCH

Un maximum d'efficacité pour un minimum de stress !

La méthode GTD (*Getting Things Done*, le titre américain du livre) permet d'accroître vos capacités d'organisation et votre efficacité personnelle sans multiplier vos efforts et sans stress. Déjà appliquée dans les plus grandes entreprises internationales, elle a transformé radicalement la manière de vivre et de travailler de très nombreux cadres.

Ce livre va vous apprendre à :

- réévaluer vos objectifs au fur et à mesure que les priorités changent ;
- vous débarrasser du sentiment d'être débordé, anxieux, stressé, impuissant... ;
- planifier et matérialiser vos projets ;
- accepter de ne pas pouvoir tout faire en même temps, etc.

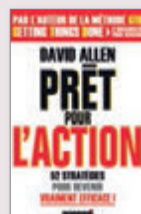


TOUT ACCOMPLIR SANS EFFORT

DAVID ALLEN

La méthode infallible de l'organisation, à appliquer au travail comme à la maison !

14,5 x 22,5 cm • 336 p. • 23 €



PRÊT POUR L'ACTION

DAVID ALLEN

Dites OUI à l'efficacité et ne remettez plus rien au lendemain !

14,5 x 22,5 cm • 192 p. • 16 €



DAVID ALLEN

David Allen est l'un des théoriciens de la productivité les plus influents du monde. Consultant en gestion et coach pour cadres supérieurs, il donne des conférences et des séminaires sur l'efficacité professionnelle dans les plus grandes entreprises et organisations internationales.



LE LIVRE DES DÉCISIONS

MIKAEL KROGERUS ET ROMAN TSCHÄPPLER

À chaque décision son modèle économique, sociologique, politique...

12 x 17 cm • 176 p. • 15 €



LE LIVRE DES BONNES QUESTIONS

MIKAEL KROGERUS ET ROMAN TSCHÄPPLER

Découvrez qui vous êtes vraiment

12 x 17 cm • 192 p. • 15 €



LE LIVRE DES GRANDS CHANGEMENTS

MIKAEL KROGERUS ET ROMAN TSCHÄPPLER

50 modèles pour comprendre les changements de notre société et changer soi-même

12 x 17 cm • 176 p. • 15 €



L'ENTREPRISE DU BONHEUR

TONY HSIEH
PRÉFACE DES FONDATEURS DE MICHEL ET AUGUSTIN

Faire de la culture d'entreprise un avantage concurrentiel

14,5 x 22,5 cm • 320 p. • 21 €



LES SECRETS DES ENTREPRENEURS QUI RÉUSSISSENT

NORM BRODSKY ET BO BURLINGHAM

Une approche simple et accessible pour tous les entrepreneurs qui cherchent des conseils concrets !

14,5 x 22,5 cm • 320 p. • 22 €



LE PERSONAL MBA

JOSH KAUFMAN

La bible du business pour faire décoller votre carrière sans passer par la case MBA

16,4 x 23,2 cm • 480 p. • 27 €



PRÉSENTATION DESIGN

FRÉDÉRIC LE BIHAN ET ANNE-FLORE CABOUAT

Un message clair, un support visuel impactant, une prise de parole éloquent

15 x 21 cm • 240 p. • 27 €



ITINÉRAIRE D'UN ENTREPRENEUR ENGAGÉ

CHARLES KLOBOUKOFF AVEC LA COLLABORATION D'EZZEDINE EL MESTIRI

Un témoignage sur l'art de conjuguer croissance et contribution au monde

14,5 x 22,5 cm • 176 p. • 20 €



COMMENT PARLER À N'IMPORTE QUI DANS TOUTES LES SITUATIONS

EMMA SARGENT ET TIM FEARON



14,5 x 22,5 cm • 208 p.
18,50 €

L'ENCHANTEMENT DU CLIENT

ALEXANDRE DUBARRY
PRÉFACE DE ALAIN DUCASSE



14,5 x 22,5 cm • 304 p.
20 €



Éditions Charleston

Des livres qui swinguent

Fermez les yeux et imaginez un air de charleston... Un air joyeux, plein d'énergie, qui donne envie de danser. C'est ça, l'effet Charleston ! Avec les éditions Charleston, découvrez des romans qui vous transportent, des livres qui racontent des histoires, de belles histoires de femmes : des romans feel-good au féminin ! Les éditions Charleston privilégient la qualité et misent d'abord et surtout sur les auteurs. Nous attachons une attention toute particulière aux traducteurs, qui, dans l'ombre, font une œuvre de création dans le respect des romanciers et des romancières.

Les éditions Charleston, c'est aussi :

- Une véritable communauté sur les réseaux sociaux



-  Le recrutement de dix Lectrices Charleston chaque année, qui lisent nos livres en avant-première, interviennent dans le choix des titres, des couvertures, interviewent nos auteurs...

- Tous les livres disponibles en ebook et en version papier.
- Des surprises et des campagnes toute l'année !

Toutes les informations sur
editionscharleston.fr

Pour suivre l'actualité des Éditions Charleston

Inscrivez-vous à notre newsletter pour être informé de toutes les actualités : les nouvelles parutions, les événements, les rencontres avec les auteurs, les bons plans, des jeux-concours et de nombreux cadeaux.

www.editionscharleston.fr/newsletter



LA TENTE ROUGE

ANITA DIAMANT

L'histoire de Dina, la fille de Jacob, oubliée de la Bible



11 x 17,8 cm • 412 p. • 8,90 €

978-2-36812-044-6



LA PLANTATION

LEILA MEACHAM

Quand *Autant en emporte le vent* rencontre *La couleur des sentiments*



11 x 17,8 cm • 608 p. • 8,90 €

978-2-36812-042-2



LA CONCUBINE RUSSE

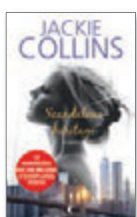
KATE FURNIVALL

« Une histoire d'amour passionnante. » (Kate Mosse, auteur de *Labyrinthe*)



11 x 17,8 cm • 504 p. • 8,90 €

978-2-36812-091-0



SCANDALEUX HÉRITAGE

JACKIE COLLINS

Secrets de famille, sexe, pouvoir, deux meurtres... Une semaine dangereuse à New York !



11 x 17,8 cm • 608 p. • 8,90 €

978-2-36812-093-4



L'ÉPOUSE INSAISSISSABLE

CALLIE HUTTON

Traduit de l'anglais par Lynda Leith



11 x 17,8 cm • 320 p. • 7,90 €

978-2-36812-101-6



LE JOY LUCK CLUB

AMY TAN

Comment vivre la Chine en Amérique ? Deux générations de femmes, quatre mères, quatre filles livrent leur histoire.



11 x 17,8 cm • 320 p. • 7,50 €

978-2-36812-103-0



LE JARDIN AU CLAIR DE LUNE

CORINA BOMANN, TRADUIT DE L'ALLEMAND PAR AMÉLIE DE MAUPEOU

Quand l'antiquaire Lilly se voit offrir un violon très ancien censé lui appartenir, elle n'en croit pas ses oreilles. Comment peut-elle être l'héritière de ce qui se révélera être un objet très célèbre ? Elle sent pourtant que l'instrument a le pouvoir de changer sa vie si elle accepte d'en résoudre le mystère. Elle s'aperçoit aussi que cette

aventure lui donnera peut-être la force de dépasser le deuil de son mari. Aidée de sa meilleure amie Ellen et du musicologue Gabriel, elle se lance sur les traces de l'éblouissante violoniste à laquelle a appartenu l'instrument. Cette quête la mène en Italie et en Indonésie, où elle tombe sur un secret qui jettera un jour complètement nouveau sur sa propre vie ...

Du même auteur



L'ÎLE AUX PAPILLONS
CORINA BOMANN

15,5 x 24 cm • 432 p. • 22,50 €



978-2-36812-017-0

15,5 x 24 cm • 500 pages • 22,50 €



978-2-36812-045-3

LOUISE TREMBLAY D'ESSIAMBRE



LES ANNÉES DU SILENCE 1

LOUISE TREMBLAY D'ESSIAMBRE

Quelque part en Beauce, dans les années quarante, deux jeunes filles, Cécile et Rolande, subissent les affres du silence. Le silence à garder sur leur grossesse non désirée et qu'il faut à tout prix cacher. Désormais, elles vivront dans la tourmente. Cécile pleure, au fil des jours, sur cet enfant qu'elle n'aura pas le droit d'aimer. Pour Rolande, une seule chose a de l'importance : oublier l'enfant qu'elle porte. Oublier son existence même, les blessures et la honte... *Les années du silence* est un roman où éclatent avec force la tourmente et les ravages du silence. Mais c'est aussi une fresque émouvante des gens de cette époque, tissée de secrets.

15,5 x 24 cm • 448 pages
22,50 €



978-2-36812-043-9

À paraître :
mai 2016



LES ANNÉES DU SILENCE 2

LOUISE TREMBLAY D'ESSIAMBRE

Après quarante ans de séparation, Jérôme et Cécile se retrouvent enfin, chacun portant les cicatrices d'une vie mouvementée. Mais l'amour sera-t-il encore au rendez-vous ? Parviendront-ils enfin, au crépuscule de leur vie, à redonner un sens à ces années d'espoir sans trêve ? Commence alors une quête. La quête de l'amour, du bonheur et de la sérénité. La quête de la vie ! « Il faut apprendre à regarder les choses avec le cœur de l'autre quand on dit aimer... » Une histoire d'amour inoubliable.

15,5 x 24 cm • 560 pages
22,50 €



978-2-36812-102-3

LUCINDA RILEY



LA SŒUR DE LA TEMPÊTE (LES SEPT SŒURS 2)

LUCINDA RILEY TRADUIT DE L'ANGLAIS
PAR MARIE-AXELLE DE LA ROCHEFOUCAULD

Alors qu'elle s'apprête à participer à l'une des courses en mer les plus exigeantes du monde, Ally apprend la nouvelle de la mort soudaine et mystérieuse de son père adoptif et retourne à la hâte auprès de ses sœurs dans leur maison familiale, une magnifique demeure sur le lac Léman. Elle est aussi, à leur insu, impliquée dans une histoire d'amour passionnée ... À la suite des événements douloureux qui en découlent, Ally quitte sa vie sur la mer pour suivre les indices laissés par son père. Ceux-ci la mènent en Norvège où, au cœur de paysages à la beauté glacée, elle découvre peu à peu ses racines — et comment son histoire est inextricablement liée à celle d'une jeune chanteuse inconnue...

15,5 x 24 cm • 512 pages
22,50 €



978-2-36812-100-9



LES SEPT SŒURS – MAIA

LUCINDA RILEY
15,5 x 24 cm • 512 p.
22,50 €



978-2-36812-035-4



LA JEUNE FILLE SUR LA FALAISE

LUCINDA RILEY
15,5 x 24 cm • 496 p.
22,50 €



978-2-36812-041-5

PRIX DU LIVRE

ROMANTIQUE

À paraître :
mai 2016



LES LETTRES DE ROSE

CLARISSA SABARD

Lola a été adoptée à l'âge de trois mois. De nos jours, à presque 30 ans, elle travaille dans le salon de thé de ses parents, en attendant de trouver enfin le métier de ses rêves : libraire.

Mais sa vie va basculer lorsqu'elle apprend que sa grand-mère biologique, qui vient de décéder, lui a légué un étrange testament : une maison et son histoire dans le petit village d'Aubéry, à travers des lettres lui apprenant ses origines. Elle découvre ainsi la vie de son arrière grand-mère Louise, de sa grand mère Rose et de sa mère Nadège, ainsi que les dérangeantes circonstances de sa naissance. Mais tous les habitants ne voient pas d'un bon œil cette étrangère, notamment Vincent, son cousin. Et il y a également le beau Jim, qui éveille en elle plus de sentiments qu'elle ne le voudrait. Réveiller les secrets du passé lui permettra-t-elle d'avancer vers son avenir ?

15,5 x 24 cm • 392 pages
18 €



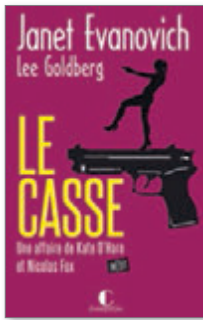
978-2-36812-104-7

Les avis des membres du jury

« Il y a de la profondeur dans l'écriture »

« Le côté saga fresque historique est captivant »

« La plume est fluide et agréable, les personnages attachants et on a eu du mal à poser le livre. »



13,5 x 21 cm • 320 pages
19,90 €



978-2-36812-049-1

LE CASSE

JANET EVANOVICH, LEE GOLDBERG,
TRADUIT DE L'ANGLAIS PAR ÉLISABETH LUC

Après des années de traque et une arrestation éclatante, Kate O'Hare, agent spécial du FBI, pensait en avoir fini avec Nicolas Fox, le voleur le plus recherché au monde. Mais c'était sans compter sur l'ingéniosité de l'escroc qui parvient, une fois de plus, à s'en sortir en offrant tout simplement ses services au FBI ! Faire équipe avec ce prince du bluff, ce malfaiteur arrogant qui ne cesse de la narguer ? Pas de problème, s'ils ne s'entre-tuent pas avant ! Kate n'a aucune confiance en cet homme plus qu'énervant, mais terriblement charmant... Des hôtels de luxe de Palm Springs aux îles paradisiaques d'Indonésie infestées de pirates, leur première mission va les entraîner dans des aventures aussi rocambolesques que dangereuses.

Téléchargez gratuitement le prequel :
La pro et l'escroc



<http://editionscharleston.fr/janet-evanovich-prequel>



13,5 x 21 cm • 384 pages
18 €



978-2-36812-092-7

TOUT EST SOUS CONTRÔLE

SOPHIE HENRIONNET

Olympe a 38 ans, un emploi de photographe culinaire qui ne lui plaît qu'à moitié, une fille de 12 ans bien plus mature qu'elle, une famille déjantée, des copines délurées et un ex-mari, Bertrand, qui l'appelle chaton. Lorsqu'elle perd son job, elle supplie son meilleur ami Hugo, qui tient une agence de détectives spécialisée dans les arnaques aux assurances de l'embaucher. Faisant valoir son expérience de photographe, elle réussit à intégrer l'équipe de détectives à une condition : elle ne devra s'occuper que des affaires les plus simples. Bien entendu, Olympe n'est pas assez raisonnable pour respecter les consignes et l'appel des commissions versées à chaque résolution d'affaires est trop fort pour qu'elle garde ses fesses confortablement posées sur le siège de sa voiture... Mais que va-t-il se passer quand les cadavres commencent à s'accumuler et que l'on cherche à l'éliminer à son tour ?

Téléchargez gratuitement une nouvelle inédite :
Rien ne va plus



<http://editionscharleston.fr/olymp>



13,5 x 21 cm • 256 pages
18 €



978-2-36812-047-7

DANS LA PEAU DE COVENTRY

SUE TOWNSEND, TRADUIT DE L'ANGLAIS
PAR FABienne DUVIGNEAU

« Il faut d'abord que je vous dise deux choses sur moi : la première, c'est que je suis belle, la deuxième, c'est que, hier, j'ai tué un homme du nom de Gerald Fox. » Fuyant un mari ennuyeux qui voue un amour inconditionnel à ses quatre tortues domestiques, une existence monotone dans le lotissement des Chemins Gris où il ne se passe jamais rien, et surtout la police, Coventry va se découvrir une âme d'aventurière... et de fugitive sans le sou. Tandis que tout le monde la recherche activement, ses tribulations en plein cœur de Londres, aux côtés de personnages tous plus rocambolesques les uns que les autres, vont se révéler bien plus drôles qu'une vie de femme au foyer dans la banlieue anglaise...

À paraître :
avril
2016



15,5 x 24 cm • 560 pages
22,50 €



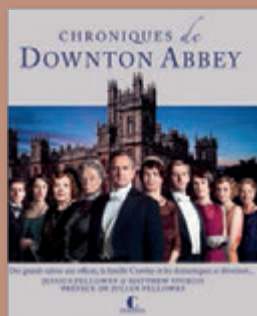
978-2-36812-046-0

BELLES DE SHANGHAI

AMY TAN, TRADUIT DE L'ANGLAIS
PAR LISA ROSENBAUM

Début du XX^e siècle à Shanghai. Violet Minturn est la fille d'une Américaine qui tient un club huppé, la Maison de Lulu Mimi, lieu de rencontre entre riches Occidentaux et Asiatiques. Mais le lieu est aussi la maison de courtisane la plus distinguée de Shanghai. C'est dans cet univers que grandit Violet, petite fille au caractère affirmé qui ne manque pas d'espionner les courtisanes, voire de leur jouer des mauvais tours. Lorsqu'elle découvre que son père n'est pas mort comme elle le croyait, et que celui-ci est d'origine chinoise, c'est un choc. Alors que la situation politique devient de plus en plus instable, sa mère tente de partir avec elle pour San Francisco, mais est piégée par un ancien amant. Violet, 14 ans, est vendue comme courtisane vierge à une maison close, et Lulu reçoit bientôt l'annonce et la confirmation – fausses – de la mort de sa fille.

DOWNTON ABBEY



18,9 x 23,1 cm • 320 pages
27 €



978-2-36812-039-2

CHRONIQUES DE DOWNTON ABBEY

JESSICA FELLOWES, MATTHEW STURGIS

La Grande Guerre est finie, mais Downton Abbey reste marqué. Le monde a changé, offrant de nouveaux défis et de nouvelles rencontres. À l'ombre des murs du château, intrigues, amours et rivalités se succèdent rapidement. Les *Chroniques de Downton Abbey* vous introduisent chez les Crawley, et parmi leurs domestiques, amants, amis et invités.

Flânez dans l'atmosphère fébrile des offices, glissez un œil dans les luxueuses chambres à coucher. Devenez familier de tous les aspects de leur vie : habitudes quotidiennes, réceptions et jusqu'à leurs craintes et leurs espoirs les plus secrets.

**Best-seller****LA COLLINE AUX ESCLAVES**KATHLEEN GRISSOM
15,5 x 24 cm • 432 p.
22,50 €

978-2-36812-029-3

**UNE VALSE À TROIS TEMPS**PATRICIA GAFFNEY
15,5 x 24 cm • 432 p.
22,50 €

978-2-36812-030-9

**BIENVENUE À BIG STONE GAP**ADRIANA TRIGIANI
15,5 x 24 cm • 320 p.
22,50 €

978-2-36812-031-6

**FLEURS SAUVAGES**KIMBERLEY FREEMAN
15,5 x 24 cm • 448 p.
22,50 €

978-2-36812-033-0

**AU SECOURS, J'AI 40 ANS (DEPUIS 4 ANS)**GAËLLE RENARD
13,5 x 21 cm • 224 p.
17 €

978-2-36812-036-1

**LES VIREVOLANTS**LEILA MEACHAM
15,5 x 24 cm • 432 p.
22,50 €

978-2-36812-034-7

**LES BRUMES DU CAIRE**ROSIE THOMAS
15,5 x 24 cm • 464 p.
22,50 €

978-2-36812-027-9

**MOLOKA'I**ALAN BRENNERT
15,5 x 24 cm • 496 p.
22,50 €

978-2-36812-023-1

**LIRE AU LIT**SUE GEE
15,5 x 24 cm • 336 p.
22,50 €

978-2-36812-026-2

**LA LETTRE OUBLIÉE**NINA GEORGE
13,5 x 21 cm • 400 p.
21 €

978-2-36812-025-5

**TROIS FILLES ET LEURS MÈRES**SOPHIE CARQUAIN
14,5 x 22,5 cm • 296 p.
18,50 €

978-2-36812-021-7

**LES ROSES DE SOMERSET**LEILA MEACHAM
15,5 x 24 cm • 512 p.
22,50 €

978-2-36812-000-2

Best-seller**L'ITALIENNE**ADRIANA TRIGIANI
15,5 x 24 cm • 560 p.
22,50 €

978-2-36812-016-3

Best-seller**LES QUATRE GRÂCES**PATRICIA GAFFNEY
15,5 x 24 cm • 400 p.
22,50 €

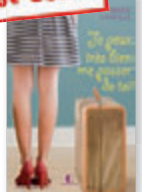
978-2-36812-004-0

**UN PRINTEMPS À LA VILLA ROSE**DEBBIE MACOMBER
13,5 x 21 cm • 368 p.
19,90 €

978-2-36812-019-4

**UNE LETTRE EN ÉTÉ**DEBBIE MACOMBER
13,5 x 21 cm • 320 p.
19,90 €

978-2-36812-038-5

Best-seller**JE PEUX TRÈS BIEN ME PASSER DE TOI**MARIE VAREILLE
13,5 x 21 cm • 320 p.
19,90 €

978-2-36812-037-8

**LA MER EN HIVER**SUSANNA KEARSLEY
15,5 x 24 cm • 464 p.
22,50 €

978-2-36812-032-3



Éditions Zethel

Des livres pour bien grandir

Nouvelles venues au sein du groupe Leduc.s, les éditions Zethel sont dédiées à la jeunesse. Zethel est l'anagramme de Hetzel, la maison d'édition historique de Jules Verne. Notre ambition est de proposer aux enfants des livres pour bien grandir et éveiller leur curiosité.

INÉDITS VINTAGE (10 ans et +)



L'EXTRAORDINAIRE VOYAGE DE SABRINA

P.L. TRAVERS

Le roman inédit de l'auteur de *Mary Poppins*



13,5 x 21 cm • 264 p. • 14,90 €



LE PRINCE DISPARU

FRANCES HODGSON BURNETT

Par l'auteur du *Petit Lord Fauntleroy* et de *La Petite princesse*



13,5 x 21 cm • 400 p. • 14,90 €



POLLYANNA

ELEANOR H. PORTER

Un best-seller international, vendu à plusieurs millions d'exemplaires depuis 1913



13,5 x 21 cm • 320 p. • 14,90 €



RIPLEY'S L'ENCYCLOPÉDIE DE L'INCROYABLE

RIPLEY'S

Le plus grand expert en bizarreries vous offre une nouvelle compilation d'histoires incroyables...

Une grande roue humaine

Un homme-léopard

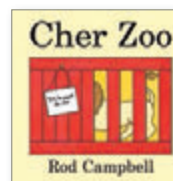
Un manteau fait en poils de torse

Un requin retrouvé dans le métro de New York

22,8 x 29,7 cm • 256 pages
28 €



979-10-285-0112-9



CHER ZOO

ROD CAMPBELL

Soulève les rabats et découvre ce que le zoo t'a envoyé : peut-être l'animal de compagnie dont tu rêves !

ÉVEIL 0-3 ANS



20,2 x 20,2 cm • 24 p. • 11 €

979-10-95174-01-1



IL FAUT SAUVER LA REINE

CARL ADERHOLD ET MICHÈLE LANCINA

1792. Héloïse de Saint-Phalle, ses parents et sa gouvernante, Mme de Boisgobey, tentent de fuir la Révolution et s'embarquent pour l'Angleterre. Mais la tempête fait rage et la jeune fille et Mme de Boisgobey s'échouent et restent seules sur les côtes françaises.

Poursuivies par les révolutionnaires, elles fuient sur les routes en dissimulant leur identité et se réfugient à Paris chez la tante d'Héloïse. Sitôt arrivée dans la capitale, la jeune fille participe à une tentative d'évasion de la reine Marie-Antoinette, prisonnière aux Tuileries. C'est sans compter avec le séduisant Brutus, un jeune sans-culotte, qui malgré son attirance pour Héloïse est bien décidé à contrecarrer ses plans. Les deux héros vont-ils devoir renoncer à leurs sentiments pour rester fidèles à leurs idées ?

13,5 x 21 cm • 320 pages
14,90 €



979-10-95174-03-5

À paraître :
mai 2016



IL ÉTAIT DEUX OU TROIS FOIS

SOPHIE HENRIONNET

Léon et Zélie sont frère et sœur.

Mais Léon trouve le temps long : Zélie n'est pas à la maison ! Alors il est content quand sa maman lui dit qu'il peut fouiller dans un mystérieux carton...

Et qu'y trouve-t-il ? Une montre étrange... qui lui permet de revivre plusieurs fois la même situation !

Mais Léon va se rendre compte à ses dépens qu'il est préférable de faire mieux dès la première fois...

À PARTIR DE 7 ANS

12,7 x 19,2 cm • 96 pages
6 €



979-10-95174-24-0

À PARTIR DE 10 ANS

Éditions Tut-tut

La première maison d'édition 100 % humour
(et mauvais goût) !

*Histoires drôles,
blagues d'écoliers, répliques cultes
du cinéma, gros mots, vannes, satire sociale, etc.
Découvrez nos livres qui font rire sans limite (le bon goût
n'en est pas une) et sans frontières, écrits par les meilleurs auteurs.
Vous allez muscler vos zygomatiques!
Le point commun entre tous nos livres? Ils vous rendront
plus idiots, et plus heureux aussi!*



QUESTION DE FOI

« Ma femme me traite comme Dieu. Elle oublie totalement
mon existence, sauf quand elle a besoin de moi. »



INFO 100 % VRAIE

Le stress au travail perturbe la sexualité de 73 % des couples.
Enfin, une bonne nouvelle pour les chômeurs!



TUT-TUT

LES PERLES

Best-seller



**LES PERLES
DU 18**
GILLES DAÏD
12,7 x 19,2 cm • 160 p.
9,90 €



978-2-36704-059-2

Best-seller



**LES PERLES DE
CHIRAC**
FRANÇOIS JOUFFA ET
FRÉDÉRIC POUIHIER
12,7 x 19,2 cm • 160 p.
9,90 €



978-2-36704-112-4

À
paraître :
avril
2016



**PERLES DE
HOLLANDE**
CYRIL LAFFITAL
12,7 x 19,2 cm • 192 p.
9,90 €



978-2-36704-122-3

À
paraître :
avril
2016



**PERLES DE
BAGAGISTES**
BOB SIROIS,
PIERRE THIBEAULT
12,7 x 19,2 cm • 160 p.
9,90 €



978-2-36704-124-7



UNE ANNÉE D'ANGLAIS AUX TOILETTES

ENZO MATTHEWS

365 leçons pour parler english very well!

15 x 21 cm • 400 pages • 18 €



978-2-36704-050-9



JE RÉVISE LES EXPRESSIONS ANGLAISES AUX TOILETTES

ENZO MATTHEWS

Des progrès fulgurants... en moins de 3 minutes par jour!

11 x 15,5 cm • 224 pages • 6 €



978-2-36704-046-2



1000 MOTS D'ANGLAIS AUX TOILETTES

ENZO MATTHEWS

Maîtrisez les 1000 mots les plus utilisés par les Anglais !

11 x 15,5 cm • 192 pages • 6 €



978-2-36704-105-6



UNE ANNÉE DE CULTURE GÉNÉRALE AUX TOILETTES

PAUL SAEGAERT

365 leçons pour briller en toutes circonstances

15 x 21 cm • 400 pages • 18 €



978-2-36704-106-3



80 NOUVELLES LEÇONS DE CULTURE GÉNÉRALE AUX TOILETTES

PAUL SAEGAERT

Ne perdez plus de temps aux toilettes... révisiez votre culture G !

11 x 15,5 cm • 192 pages • 6 €



978-2-36704-119-3



JE RÉVISE L'HISTOIRE DE FRANCE AUX TOILETTES

PAUL SAEGAERT

Ne perdez plus votre temps aux toilettes... profitez-en pour réviser votre Histoire de France !

11 x 15,5 cm • 192 pages • 6 €



978-2-36704-110-0



JE RÉVISE MON ANGLAIS AUX TOILETTES

ENZO MATTHEWS

Une vraie méthode de fainéants, diablement efficace !

11 x 15,5 cm • 224 pages • 6 €



978-2-36704-011-0



EXERCICES D'ANGLAIS AUX TOILETTES

ENZO MATTHEWS

350 exercices corrigés pour progresser jour après jour

11 x 15,5 cm • 192 pages • 6 €



978-2-36704-058-5



2 MINUTES D'ANGLAIS AUX TOILETTES

ENZO MATTHEWS

Ne perdez plus votre temps aux toilettes... profitez-en pour réviser votre anglais !

11 x 15,5 cm • 192 pages • 6 €



978-2-36704-118-6



JE RÉVISE MA CULTURE GÉNÉRALE AUX TOILETTES

PAUL SAEGAERT

Briller en société... en moins de 3 minutes par leçon !

11 x 15,5 cm • 224 pages • 6 €



978-2-36704-040-0



JE RÉVISE MON ORTHOGRAPHE AUX TOILETTES

PAUL SAEGAERT

Ne perdez plus votre temps aux toilettes... profitez-en pour réviser votre orthographe !

11 x 15,5 cm • 192 pages • 6 €



978-2-36704-102-5



DÉJOUER LES PIÈGES DE LA LANGUE FRANÇAISE AUX TOILETTES

PAUL SAEGAERT

Ne perdez plus votre temps aux toilettes... profitez-en pour réviser votre français !

11 x 17,8 cm • 192 pages • 6 €



978-2-36704-121-6

À paraître :
mai
2016

À paraître :
mai
2016



JE RÉVISE MON ESPAGNOL AUX TOILETTES

VESPASIANO TORROJO

Une méthode révolutionnaire à raison d'une leçon par jour

11 x 15,5 cm • 224 pages • 6 €



978-2-36704-042-4



JE RÉSOUS DES ÉNIGMES AUX TOILETTES

STÉPHANIE BOUVET

Ne perdez plus votre temps aux toilettes... Profitez-en pour faire remuer vos méninges !

11 x 15,5 cm • 192 pages • 6 €



978-2-36704-101-8



LES MEILLEURES RÉPLIQUES DE CINÉMA AUX TOILETTES

FRANÇOIS JOUFFA, FRÉDÉRIC POUHIER
AVEC LA CONTRIBUTION DE SUSIE JOUFFA

Les 600 répliques cultes les plus drôles

11 x 15,5 cm • 192 pages • 6 €



978-2-36704-111-7



100 ROMANS À AVOIR LUS AUX TOILETTES

PAUL SAEGAERT

Ne vous ennuyez plus aux toilettes... lisez !

11 x 15,5 cm • 192 pages • 6 €



978-2-36704-117-9



M COMME... MAMAN A BIEN MÉRITÉ UN PETIT MOJITO !

SOPHIE HENRIONNET

Vos enfants courent partout et hurlent, sans la moindre indulgence pour vos oreilles ? Vous rêvez d'un bon mojito bien frais, les doigts de pied en éventail ? Ne cherchez plus, vous avez trouvé votre alter ego en la personne de Reine-Mère, du blog Six in the city !

Découvrez 130 définitions hilarantes, de A comme Agaçant à Z comme Zoo, accompagnées de conseils judicieux à mettre en application illico (ou pas !).

Toute ressemblance avec votre famille ne saurait être que fortuite !

12,7 x 19,2 cm • 160 pages • 9,90 €



978-2-36704-107-0



TOC-TOC-TOC ! (QUI EST LÀ ?)

LAURENT GAULET

Plus de 300 blagues pour toute la famille !

12,7 x 19,2 cm • 208 p. • 9,90 €



978-2-36704-113-1



DANS LES COULISSES DE L'HISTOIRE DE FRANCE

DIANE SACHS

Le pire du pire... mais toujours véridique !

15 x 21 cm • 208 p. • 15 €



978-2-36704-116-2



POURQUOI ELLE MONTE MA MAYONNAISE ?

ANTHONY DUCAN

De la maison au bureau en passant par les transports en commun : 80 questions/ réponses scientifiques et néanmoins amusantes

15 x 21 cm • 256 p. • 14 €



978-2-36704-109-4



12,7 x 19,2 cm • 192 pages
9,90 €



978-2-36704-044-8

GUIDE DE SURVIE DU JEUNE PAPA (EN 80 LISTES)

LAURENT MOREAU

(Parce que c'est pas gagné d'avance les mecs !)

3 bonnes raisons d'acheter ce livre et de le lire (en plus) :

1. C'est écrit gros. Et ça fera au moins un livre que vous aurez fini.
2. Vous pourrez le transmettre à votre enfant plus tard en lui disant : « Tiens, ça a changé ma vie. »
3. Le voler, ça ne serait pas le meilleur exemple d'éducation pour le petit.



12,7 x 19,2 cm • 176 pages
9,90 €



978-2-36704-043-1

GUIDE DE SURVIE DE LA JEUNE MAMAN (EN 80 LISTES)

MARIE THUILLIER

(Parce que mère indigne et fière de l'être !)

La vie de future maman et de jeune maman... en 80 listes décalées mais tellement utiles ! De la conception aux 3 ans de l'enfant, et plus !

- 20 questions qu'on vous posera à un moment ou à un autre de votre grossesse
- 12 choses que vous n'oserez pas répondre (mais que vous penserez très fort)
- 30 expressions insupportables de forums de grossesse
- 10 choses que vous vérifierez cent fois (par jour)
- 7 méthodes (efficaces) de mères indignes pour endormir Bébé



12,7 x 19,2 cm • 160 pages
9,90 €



978-2-36704-053-0

GUIDE DE SURVIE DES JEUNES GRANDS-PARENTS

MARIE THUILLIER, MARIE-PASCALE ET
HERVÉ ANSEUME

(Parce que vous pensiez pouvoir vous la couler douce maintenant ?)

Quelques preuves que vous êtes des grands-parents normaux (et donc exceptionnels) :

- Vous êtes pourtant convaincus qu'hier, vous aviez 30 ans. Bon OK, avant-hier.
 - Vous trouvez que Radio Nostalgie s'est beaucoup rajeunie depuis qu'elle passe vos tubes préférés.
 - Vous êtes heureux quand vos petits-enfants repartent et toujours heureux quand ils reviennent !
- Le livre indispensable pour vous accompagner (avec humour !) dans votre nouvelle mission grands-parents !



12,7 x 19,2 cm • 160 pages
9,90 €



978-2-36704-114-8

GUIDE DE SURVIE DES JEUNES RETRAITÉS

MARIE-PASCALE ANSEUME, HERVÉ ANSEUME

Quelques bonnes raisons de partir à la retraite :

- Les stagiaires de votre entreprise sont plus jeunes que votre petit dernier.
- Vous continuez à penser que le Minitel, c'était quand même vachement pratique.
- Si vous ne prenez pas votre retraite, ce livre ne vous servira à rien et ce serait vraiment dommage.
- Vos enfants ont plein de travaux à faire chez eux. Le livre indispensable pour vous accompagner (avec humour !) dans votre nouvelle mission : retraité !



12,7 x 19,2 cm • 192 pages
9,90 €



978-2-36704-047-9

GUIDE DE SURVIE EN OPEN-SPACE

PÉTRONILLE AVEC LA CONTRIBUTION DE GEOFFO

Quelques TRÈS BONNES RAISONS
D'ACHETER CE LIVRE :

- Vous travaillez en open-space : vous n'aimez pas ça, et vous voulez sentir que votre souffrance est partagée.
- Vous travaillez en open-space : vous aimez ça, et vous voulez comprendre pourquoi vos voisins de bureau tirent la tronche.
- Vous ne travaillez pas en open-space : vous voulez des listes détaillées prouvant que vous avez bien raison. Vous allez travailler en open-space : vous avez besoin de savoir à quoi vous attendre... Ce Guide est fait pour vous !

À
paraître :
avril
2016



12,7 x 19,2 cm • 160 pages
9,90 €



978-2-36704-123-0

GUIDE DE SURVIE AVEC UN CHAT

FRÉDÉRIC POUHIER, SUSIE JOUFFA

Vous êtes en admiration devant votre chat ?
Vous le trouvez tellement mignon qu'il fait ce qu'il veut de vous ? Ce livre est fait pour vous !

Découvrez :

- les raisons pour lesquelles il vaut mieux un chat qu'un enfant
- les endroits préférés des chats pour dormir. Vous n'aimez pas les chats ? Vous ne supportez plus d'avoir des poils partout et une bête qui refuse de vous céder la place sur le canapé ? Qu'à cela ne tienne, nos auteurs ont tout prévu ! Découvrez :
- les raisons pour lesquelles il vaut mieux un chat qu'un chat
- un test qui vous prouvera que votre chat est un psychopathe manipulateur.

GUIDE DE SURVIE

À
paraître :
mai
2016



BLAGUES ET BD

LAURENT GAULET

Le meilleur des blagues...
en BD !



FOUS RIRES 2016

FRANÇOIS JOUFFA,
FRÉDÉRIC POUHIER

Toute l'actualité de l'année
en 1000 blagues hilarantes



JE VOUS AVAIS BIEN DIT QUE J'ÉTAIS MALADE : LE MEILLEUR DE L'HUMOUR NOIR

LAURENT GAULET

Le meilleur de l'humour noir



15 x 21 cm • 400 p. • 18 €

978-2-36704-120-9



15 x 21 cm • 352 p. • 18 €

978-2-36704-104-9



12,7 x 19,2 cm • 192 p. • 9,90 €

978-2-36704-100-1



JE JURE DANS TOUTES LES LANGUES

VESPASIANO TORROJO
11 x 15,5 cm • 192 p. • 6 €



978-2-36704-055-4



L'ART DE PIPOTER

BENJAMIN FABRE
15 x 21 cm • 208 p.
14 €



978-2-36704-057-8

Rejoignez nos communautés !

Selon vos intérêts, choisissez celle (ou celles!) qui vous ressemble(nt) !

Leduc.s

Envie de bons conseils toute l'année côté santé, cuisine, etc. ? Rejoignez-nous sur :
blog.editionsleduc.com



Et inscrivez-vous à notre newsletter pour être tenu au courant de nos publications, recevoir nos astuces du moment, des exclus, des avant-premières, des bonus, des invitations et de nombreuses autres surprises.

Rendez-vous sur la page : www.editionsleduc.com/newsletter

Charleston

Pour un esprit so charleston, retrouvez-nous sur :
www.editionscharleston.fr



Et inscrivez-vous à notre newsletter pour être informé de toutes les actualités : les nouvelles parutions, les événements, les rencontres avec les auteurs, les bons plans, des jeux-concours et de nombreux cadeaux.

Rendez-vous sur la page : www.editionscharleston.fr/newsletter

Vous êtes libraire ? Faites partie du Club des Libraires Charleston
et recevez des livres en avant-première et plein d'autres surprises toute l'année !

Modalités sur www.editionscharleston.fr/libraires

Alisio

Retrouvez-nous sur :
www.alisio.fr



où vous découvrirez les dernières parutions, des sujets d'actualité passés au crible pour vous inspirer au quotidien, des interviews de grandes personnalités, les rendez-vous à ne pas manquer près de chez vous...

Rendez-vous sur la page : www.alisio.fr/newsletter

Tut-tut

L'humour toute l'année sur :
www.tut-tut.fr



Rendez-vous sur la page : www.tut-tut.fr/newsletter

Zethel

Découvrez nos publications, des jeux-concours, des photos et de nombreuses surprises sur :
www.zethel.com



Rendez-vous sur la page : www.zethel.com/newsletter