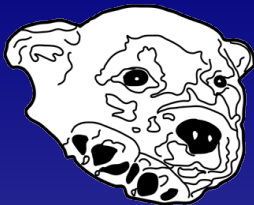


Corinne OZENNE



Éditions

Un éditeur
charentais
à votre service

Création

~

Conception

~

Vente de livres

présente

Fibromyalgie, mon amour...



Catherine Iorianni-Lescane



Prix public : 24 €

ISBN : 979-10-93715-16-2

Contact :

09.53.66.05.45

co.editions@free.fr



L'auteur

Catherine Iorianni Lescane



Originnaire de Niort (79), Catherine Iorianni Lescane débutera sa vie professionnelle dans le commerce de la bijouterie. Sa carrière la mènera en Espagne.

Elle profite d'une restructuration de la société qui l'emploie, pour donner, en 1996, une nouvelle orientation à sa vie : elle se lance dans des études de naturopathie, aromathérapie et psychologie durant 6 ans.

En 2002, elle ouvre une boutique de produits naturels et un cabinet de naturopathe, aromathérapeute, et dispense aussi des cours de coaching en psycho-relaxation et développement personnel. Elle devient alors intervenante en milieu scolaire, centres de formation, maisons de retraite et centres pour autistes.

Elle travaille sur la géné-chrono-nutrition depuis 10 ans (principe selon lequel nous n'assimilons pas les aliments de la même façon selon l'heure à laquelle nous les mangeons et selon notre groupe sanguin).

Diagnostiquée officiellement «fibro» en 2012, elle fait une pause professionnelle et revient s'installer à Niort où elle réside encore aujourd'hui.

Avec « Fibromyalgie, mon amour... », elle signe son second ouvrage.

Le livre

Fribromyalgie, mon amour...

«Tu as pris possession de mon corps parce que je n'ai pas su ralentir de moi-même», c'est ainsi que l'auteur définit sa maladie.

Ce livre inclassable, mélange d'expériences personnelles et de conseils, est le fruit de 3 ans de recherche et de témoignages de malades.

Il dresse sans compromis et sans apitoiement la réalité de la vie d'un malade de fibromyalgie.

Vous y trouverez un témoignage du quotidien des «fibros» comme ils s'appellent entre eux, mais aussi de nombreux conseils de vie pour améliorer leur quotidien.

Cet ouvrage s'adresse non seulement aux malades, mais aussi à leur entourage qui découvrira au fil des pages la douleur tant physique que psychologique à laquelle est confronté un «fibro».

Écrit par une «fibro» pour les «fibros» et leur entourage, ce livre est imprimé en taille 14 afin d'en faciliter la lecture par les personnes atteintes de cette maladie.

Le début :

« Il m'aura fallu presque trois ans pour écrire ce livre...

Trois longues années de douleurs, de nuits sans repos, de difficultés à me concentrer, de pertes de mémoire...

Trois longues années à essayer de comprendre ce mal qui me ronge.

Trois longues années de souffrances, de douleurs, de fatigue, dans mon corps, dans ma chair, dans tout mon être...

Trois longues années de luttes, de colère, de remises en question, d'incompréhensions, de refus, d'acceptations, de questions et de réponses...

Trois longues années à me tordre de douleurs, même si la maladie était tapie en moi depuis ma plus tendre enfance et qu'elle s'installait sournoisement au fil des années... je ne l'ai pas vu venir.

Il m'aura fallu passer par diverses phases, pour comprendre que si j'en étais arrivée là, c'était de ma faute...

Qu'il fallait que je change... »

Le Sommaire :

Chap 1 : Qu'est-ce que la Fibromyalgie ?

Chap 2 : Profil des fibromyalgiques avant la maladie.

Chap 3 : Une maladie à part entière.

Chap 4 : Le quotidien du fibromyalgique.

Chap 5 : Journée type du fibromyalgique.

Chap 6 : Aspect psychologique.

Chap 7 : Le fibromyalgique, un aimant à personnes toxiques.

Chap 8 : La culpabilité et la honte.

Chap 9 : Poser le diagnostic, véritable parcours du combattant.

Chap 10 : La Fibromyalgie n'est pas une fatalité.

Chap 11 : Faire le vide autour de soi pour mieux se recentrer.

Chap 12 : Hygiène de vie, hygiène alimentaire.

Chap 13 : En résumé...

Chap 14 : En route vers la rémission

Annexe : L'alphabet des symptômes
Les aliments

Qui sommes nous

Corinne OZENNE Editions est une jeune maison d'édition. Elle a été créée en fin 2010 et est installée à Châteauneuf sur Charente, au cœur même d'un département tourné sur le papier, l'image sous toutes ses formes et la bande dessinée.

Elle comprend aujourd'hui six auteurs à son catalogue :

Sylvie DELCOURT (jeunesse), Stéphanie GOTZE (Poésie), Laura HEMME (Fantasy), Catherine Iorianni Lescane (Santé), Walter OZENNE (Romance, Humour) et Frédérique PINSON (Fantasy, Humour).

Nous proposons aussi des services de pagination pour les personnes qui écrivent et qui ont besoin d'un support technique pour la mise en page de leurs œuvres : les services **Pack Plus !**

Corinne OZENNE

Fabrication et vente de livres



Editions

<http://co.editions.free.fr>

Mentions légales

Statut: Auto entreprise

Dirigeante: Mme Corinne OZENNE

Activité: Société d'édition

Indicatif éditeur : 978-2-953784

N° INSEE: SIREN: 410 718 563

SIRET: 410 718 563 00027



Courriel : co.editions@free.fr

Web : www.coeditions.fr

Siège: 3 Place du Champ de Foire

16120 CHATEAUNEUF SUR CHARENTE