

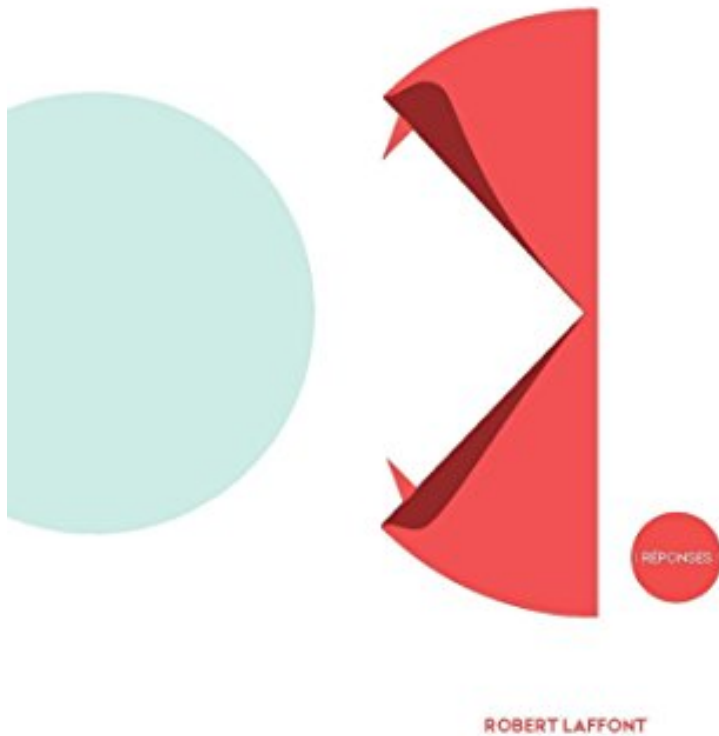
[PDF] File size: 20.Mb

# Nos humeurs de chiennes

**JULIE HOLLAND**

## Nos humeurs de chiennes

Sexe, hormones, sommeil, médicaments...  
La vérité sur tout ce qui nous rend dingues !



Par Julie HOLLAND  
ePub | \*DOC | audiobook | ebooks |  
Download PDF

Dtails sur le produit Rang parmi les  
ventes : #162308 dans eBooksPubli le:  
2016-01-21Sorti le: 2016-01-  
21Format: Ebook Kindle

[PDF] Nos humeurs de chiennes

**Par Julie HOLLAND : Nos humeurs de  
chiennes** before purchasing it in order to  
gage whether or not it would be worth my  
time, and all praised Nos humeurs de  
chiennes:

Download

Read Online

### Description :

Prsentation de l'diteurAssumons nos humeurs ! Un cri de ralliement fminin et fministe pour un nouveau mode de vie. Pour russir sa vie, il faudrait tre toujours d'humeur gale, disponible et souriante, laisser ses motions la porte du bureau ou les planquer sous le tapis du salon... Or nous, les femmes, sommes biologiquement faites pour avoir des " sautes d'humeur ". Cycles et traitements hormonaux, maternit, mnopause, tous ces moments cls de la vie d'une femme dterminent nos motions. Et ces dsordres biologiques influent sur notre libido, notre sensibilit, notre sommeil et notre apptit, provoquant inflammations, stress, prise de poids, dpression... C'est ainsi, mais c'est aussi grce cela que nous russissons avoir une vie si pleine. Depuis vingt ans, Julie Holland reoit dans son cabinet des femmes qui cherchent en vain le mdicament

miracle qui lissera leurs motions. Contre la médicalisation abusive, elle nous alerte : non, ne nous jetons pas sur les antidépresseurs, les somnifères ou les médicaments coupe-faim. Il existe de meilleures solutions, naturelles et intelligentes, pour être en accord avec soi-même respecter son corps, assumer ses motions, modifier son alimentation et sa contraception, avoir une vie sexuelle panouie. Présentation de l'auteur Assumons nos humeurs ! Un cri de ralliement féminin et féministe pour un nouveau mode de vie. Pour réussir sa vie, il faudrait être toujours d'humeur gaie, disponible et souriante, laisser ses motions à la porte du bureau ou les planquer sous le tapis du salon... Or nous, les femmes, sommes biologiquement faites pour avoir des " sautes d'humeur ". Cycles et traitements hormonaux, maternité, ménopause, tous ces moments clés de la vie d'une femme déterminent nos motions. Et ces désordres biologiques influent sur notre libido, notre sensibilité, notre sommeil et notre appétit, provoquant inflammations, stress, prise de poids, dépression... C'est ainsi, mais c'est aussi grâce à cela que nous réussissons à avoir une vie si pleine. Depuis vingt ans, Julie Holland reçoit dans son cabinet des femmes qui cherchent en vain le médicament miracle qui lissera leurs motions.

Contre la médicalisation abusive, elle nous alerte : non, ne nous jetons pas sur les antidépresseurs, les somnifères ou les médicaments coupe-faim. Il existe de meilleures solutions, naturelles et intelligentes, pour être en accord avec soi-même respecter son corps, assumer ses motions, modifier son alimentation et sa contraception, avoir une vie sexuelle panouie. Biographie de l'auteur Mère de deux enfants, Julie Holland a son cabinet de psychiatre New York.