



# *LES SECRETS DE LA FORCE DU MAGNÉSIUM*

**Dr Kathy BONAN**

**En librairie le 1<sup>er</sup> septembre 2011**

## **LE LIVRE**

---

### **La méthode SiMa (silice-magnésium) : simple, efficace, peu coûteuse**

Fatigue, troubles du sommeil, migraines, pertes de mémoire, déprime, surpoids, vieillissement... Les études scientifiques montrent que le dénominateur commun de tous ces maux est un manque de magnésium. Mais la prise de magnésium a des effets paradoxaux : après une amélioration spectaculaire, la poursuite du traitement entraîne régulièrement un retour des troubles.

Le Dr Kathy Bonan a découvert que ce phénomène était provoqué par une mauvaise métabolisation du magnésium par notre organisme. Elle y a donc associé un autre minéral, la silice colloïdale, bien connu pour ses propriétés semi-conductrices et a pu constater que celle-ci permettait une meilleure assimilation du magnésium.

Grâce à cette découverte, le Dr Kathy Bonan a mis au point une méthode - la méthode SiMa - permettant de soigner durablement ces nombreux troubles de la vie quotidienne.

#### **Les plus :**

- **Des tests pour repérer directement les signes d'un manque de magnésium.**
- **Des posologies très précises adaptées à chaque cas.**
- **Des conseils alimentaires pour éviter les carences en magnésium.**

## **L'AUTEUR**

---

Le **Dr Kathy Bonan** est médecin nutritionniste.

**Chantal Mamou-Mani ☎ 01 47 54 91 28**  
[quid@noos.fr](mailto:quid@noos.fr)

**Contact Albin Michel : Jennifer Gaucher ☎ 01 42 79 19 13**  
[jennifer.gaucher@albin-michel.fr](mailto:jennifer.gaucher@albin-michel.fr)