

INDEX

A

achats - en phase I 118
additifs 63
additifs chez les canaris :
impact surévalué ou sous-
évalué ? 62
additifs (tableau) 97
agrumes en phase I 133
amines alimentaires 102
amines: une image 104
approche naturo ciblée 18
assiette ressourçante 50

B

BHA, BHT 147
boissons - en phase
I 119 156

C

CABEPE 97
carnet d'observation 159
Caudal (dr) 166
commentaires par
catégories 111
compléments alimentaires
(tableau) 94
connection par le
régime 19
cosmétiques (tableau) 91
COV 65
cuissons en phase I 122

D

DAN! 20
desserts ressourçants 130
discerner la bonne piste 26

E

enfant atypique 14
épices en phase I 155
épure environnementale en
image 90
étiquette (comment lire) 61
évacuation ou
reconstruction? 59
évacuations de base 81

F

Failsafe 21 59
farineux complets ? 123
farineux - en phase I 122
Feingold 21
Feingold et Failsafe:
historique 80
fibres 67
fromages et œufs: recettes
pour les Jules 137
fruits frais et secs - en
phase I 132
fruits indispensables ? 69

G

GAPS™ 58

glossaire 172
gluten sources 125
graines germées en phase
I 155
graisses originelles 149
graisses (propriétés
pharmacologiques
des) 66

H

Hafer 28 163
huiles conseillées 147
huiles & graisses - en phase
I 146
hypersensibilité
alimentaire 22

I

impact de la pollution sur
les nerfs 64
intolérance aux
phosphates 28
intolérants à
l'histamine 102

J

Jeanne (témoignage) 37

L

laitages - en phase I 133
légumes - en phase I 154
légumes secs - en phase

I 156

liste positive 108
listes pratiques 87

M

médicaments (tableau) 94
ménagers (produits -
tableau) 91
menus classiques
commentés 73
mollo sur les fibres 67

N

Nouvelle Flore 58

O

observer les menus du
petit : un autre angle 72
oléagineuses - en phase
I 153
originelles (graisses) 149
Owens 59

P

phase 2: test de
réintroduction 88
phase I: régime d'éviction-
test 86
phosphates (diète pauvre
en) 163
plomb 65
propionate 57
propriétés pharmacologiques
des graisses 66

R

régime (la connection par
le) 19
régime sans gluten-sans
laitage 56
régisse - en phase I 120
repas principal 111
repérer un canari de la
modernité 30
ressourçante 23
RGS 58
rotation des menus 116
RPAH 21

S

salicylates (tableau) 100
sans-gluten-sans-
laitage 125
sauces en phase I 151
sauces: recettes pour les
Jules 152
sentinelles 159
seuil de tolérance aux
amines 104
signes qui peuvent
indiquer une solution
alimentaire 23
soja- en cure 156
SPO 16 163
sucreries ? 53
sucreries - en phase
I 129 131
surdosage en salicylates ou
en amines 58

T

tableau 1 91
tableau 2 94
tableau 3 97
tableau 4 100
TBHQ 147
TDA/H 16
terminologie 16
test « canaris » -
phase I 83
test sans salicylates 100
tests d'évaluation de l'état
de canari 36
toluène 65

V

viandes, poissons, volailles en
phase I 140
viandes, volailles, poissons:
: recettes pour les
Jules 142
vidéo: 15 jours sans
additif 22