



# Les 10 clefs de la Rémission Radicale & de la longévité

**VIVRE PLUS LONGTEMPS  
EN MEILLEURE SANTÉ**



Intégrez à votre quotidien  
des habitudes simples à la  
portée de chacun.e,  
pour vivre plus longtemps  
et en meilleure santé!

**Avertissement** — Les informations contenues dans ce livre sont de nature générale et ne sont pas des conseils de santé personnalisés. Elles ne prennent pas en compte votre situation médicale. En cas de besoin, consultez d'abord un professionnel de la santé en mesure d'évaluer adéquatement votre état de santé.



## BONJOUR ET BIENVENUE

---

“C’est face à un diagnostic de cancer agressif du sein, à “seulement” 48 ans, que j’ai débuté ce projet de vie...”

— ISABEAU PAAPE “PATIENTE EXPERTE”

J’ai me suis relevée après la violence du diagnostic, pour prendre ma santé (et mon destin) en main. *J’ai accepté le diagnostic, et refusé le pronostic.*

Jusqu’à ce que je vive une véritable **révolution intérieure**, en découvrant les 10 clefs communes à **100% des patient.es en rémission radicale!**

J’ai appris à me reconnecter et activer cette intelligence supérieure infinie, cette puissance de régénération déjà présente en chacun.e.

“Je suis super heureuse et reconnaissante de pouvoir vous accompagner à mon tour aujourd’hui, et vous transmettre ces 10 clés”

Je suis passée de la peur incontrôlable (je n’en dormais plus la nuit) à une vie joyeuse, active et j’ai dit *bye bye* à l’angoisse permanente de la *récidive*.

Et surtout, j’ai senti cette nécessité de transmettre toutes ces formidables découvertes humaines et scientifiques. La médecine change de visage pour devenir une *médecine régénérative, proactive et personnalisée*.

## EN PRÉAMBULE

---

“L’espérance de vie en bonne santé est en recul pour la première fois dans l’histoire de l’Humanité!”

— DR DIDIER POTDEVIN

C’est le constat alarmant révélé par le docteur Didier Potdevin. C’est un phénomène récent, entamé il y a 2 ou 3 ans.

Il ajoute *“Des pathologies autrefois attribuées aux gens de plus de 60 ans, apparaissent aujourd’hui chez des jeunes d’une trentaine d’année! On décèle même des pathologies métaboliques chez des gens qui pensent être en bonne santé”*.

Alors qu’il y a moins de cinquante ans, le cancer était “la maladie des vieux”, les personnes de plus en plus jeunes sont touchées aujourd’hui.

Pourtant, ce n’est pas une fatalité! La médecine de l’épigénétique prouve scientifiquement que nous pouvons agir! Et plus simplement que nous ne le pensons...



— DR DIDIER POTDEVIN  
BIONOMIE CENTER - LASNES  
INSTAGRAM : @DR.POTDEVIN

# Oui, mais quelle sont les 10 clés de la Rémission Radicale & de la longévité?

LE LIVRE : *LES 9 CLEFS DE LA RÉMISSION RADICALE* DU  
PROFESSEUR TURNER FUT UN MOMENT SALVATEUR DANS MA  
RECHERCHE DE TRAITEMENTS ET DE SOLUTIONS CONCERNANT MA  
GUÉRISON. CETTE LECTURE M'A RAPPELÉ QUE C'EST POSSIBLE!

Spécialisée en oncologie et consultante en médecine intégrative, Kelly A. Turner a analysé plus de 1.000 cas de rémission consignés dans des publications médicales.

Des Etats-Unis au Japon, elle a interviewé une centaine de patient.es et de thérapeutes alternatifs. Elle a ainsi répertorié 75 facteurs physiques, émotionnels et spirituels ayant joué un rôle dans le processus de rémission, peu importe la nationalité et la culture.

L'auteure est parvenue à définir 9 facteurs-clés mis en pratique par *tous les survivants de tous types de cancers*, quel que soit le stade. Ils sont tous aujourd'hui en totale rémission.

On appelle ces cas de “guérison miraculeuse”.

Mais est-ce juste un hasard ?



— PR KELLY A. TURNER  
“ LES 9 CLÉS DE LA RÉMISSION RADICALE ”  
VERSION FR : EDITIONS FLAMMARION

# Avant de découvrir les clés, un petit avertissement...

VOUS SEREZ SURPRIS.E DE DÉCOUVRIR À QUEL POINTS ELLES SONT SIMPLES ET À LA PORTÉE DE CHACUN.E. CES CLÉS SONT POURTANT DÉCISIVES DANS LE PROCESSUS DE GUÉRISON CHEZ LES PATIENT.ES QUI ONT DÉCIDÉ DE S'ENGAGER À LES METTRE EN PRATIQUE.

Ils sont tous aujourd'hui plus  
heureux et en rémission totale... Qu'est-ce  
qui fait la différence?



Ils ont pris la responsabilité de  
leurs choix et de leur santé



Ils se sont engagé à mettre les clés  
en pratique quotidiennement



Ils ne sont pas trouvé des excuses  
pour ne pas changer. Exit les  
«*Oui Mais...*»



1.

### Joie de Vivre

Ressentir de la joie transforme notre corps en véritable pharmacie ouverte 24h/24



2.

### Alimentation

Changer radicalement d'alimentation, tout en étant gourmand, sans se priver de petites gâteries



3.

### Bouger son corps

Pratiquer la fameuse "zone verte", ce rythme méconnu de battements de cœur, qui renforce notre immunité



4.

### Amour & Gratitude

Tous les cas de "rémission radicale" ont renforcé leurs liens d'amour, d'amitié et de gratitude



5.

### Prendre sa santé en main

Devenir actif dans ce processus, en travaillant sa puissance intérieure de guérison

## Les 10 clés de la Rémission Radicale & de la longévité

(à imprimer et à afficher en face dans un endroit où vous passez du temps :p)



6.

### Emotions refoulées

Libérer des émotions refoulées rétablit l'harmonie dans vos cellules, et le pouvoir de se régénérer



7.

### Intuition

Suivez votre intuition. A l'écoute de votre corps, il pourra vous guider vers ce qui lui fait du bien



8.

### Suppléments

Les compléments alimentaires et les plantes médicinales en support de votre organisme



9.

### Foi & Croyances

Développer sa Foi et ses Croyances renforcent notre programme interne de guérison



10.

### Raison de Vivre

Avoir de bonnes raisons de vivre et se fixer un objectif suprême apportent le carburant nécessaire

# Les 10 clés de la Rémission Radicale & de la longévité



## 01 | *La Joie de vivre*

Lors d'un bon fou rire ou d'un sourire, les glandes du cerveau créent un afflux immédiat d'hormones que sont : le sérotonine, la relaxine, l'oxytocine, la dopamine et les endorphines. Ces hormones du Bonheur rehaussent l'activité des NK (Natural Killers), les cellules tueuses naturelles, qui aident le système immunitaire à combattre le cancer!



## 02 | *Alimentation*

Certaines personnes atteintes de cancer optent pour l'alimentation cétogène et une réduction drastique de sucre (30 à 50mg/jour) car Les cellules cancéreuses, une fois installées dans le corps, consomment le sucre à un rythme effréné. Jusqu'à 50 fois plus que les cellules normales. C'est l'effet *Warburg*, connu depuis 1920! L'alimentation anti-inflammatoire rétablit l'équilibre acide/basique du corps et réduit les maladies auto-immunes et inflammatoires.



## 03 | *Bouger son corps*

*Laurent Shwartz*, oncologue depuis 40 ans, dit de cette clé qu'elle est aussi efficace qu'une chimiothérapie adjuvante (préventive) sans les effets secondaires, lorsqu'elle est pratiquée tous les jours : **marcher tous les jours 30 minutes entre 5 et 6,5 km/h = marche rapide.**



## 04 | *Amour et gratitude*

Dans le cas du cancer du sein, le risque de mourir diminue de 70% pour celles qui ont eu + de soutien (amoureux, amical ou familial) durant la maladie. Les liens solides et épanouissants permettent de prolonger l'existence de 25%!



## 05 | *Prendre sa santé en main*

Des études récentes semblent tous indiquer que le *sentiment d'impuissance* a pour effet d'affaiblir le système immunitaire et également de raccourcir la vie des sujets souffrant d'un cancer. *Si le sentiment d'impuissance semble diminuer les chances de guérir, que pourrait faire l'opposé, c'est-à-dire la prise en charge de sa santé ?*



## 06 | *Libérer les émotions refoulées*

Une étude montre que des femmes souffrant d'un cancer du sein ont suivi un cours de 10 semaines pour soulager le stress et les émotions refoulées : leur nombre de globules blancs ont considérablement augmenté par rapport au groupe qui n'avait pas suivi le cours, ainsi qu'une hausse sensible de l'activité de leurs cellules tueuses naturelles!



## 07 | *Intuition*

Des études indiquent que, devant une décision complexe, il vaut mieux avoir recours à son intuition et ne compter sur son esprit analytique, plus lent, que pour résoudre les problèmes plus simples. Une solution en phase avec votre corps s'offre à vous en quelques instants... A condition de l'écouter.



## 08 | *Suppléments alimentaires*

La principale différence entre les médicaments chimiques et les suppléments ou les plantes médicinales, c'est que les premiers sont généralement conçus pour tuer les cellules cancéreuses, tandis que la plupart des seconds visent à renforcer le système immunitaire pour éliminer ces cellules.



## 09 | *Approfondir sa spiritualité*

Un réponse surgit du côté de l'*épigénétique*, qui étudie l'impact des facteurs environnementaux et les expériences de vie sur l'expression des gènes. En résumé, une pratique spirituelle comme la méditation (ou une autre activité propre à chacun.e peut avoir pour effet d'activer les « bons » gènes et de désactiver les « mauvais ».



## 10 | *Avoir de bonnes raisons de vivre*

Avoir une profonde *envie de vivre*, et se sentir excités par tout ce que l'on peut faire en étant encore bien vivants. Ce sentiment doit venir du plus profond de l'être et être inconditionnel. Ce sentiment peut être entraîné!

# La synergie magique et méconnue qui éloigne la peur de la récurrence!

La magie opère lorsque plusieurs clés sont pratiquées ensemble régulièrement, pour libérer leur plein potentiel de prévention et de longévité



+



CLÉ — NOURRIS TON ÊTRE

CLÉ — BOUGE TON CORPS



Augmenter la consommation de légumes et fruits bios à 5 portions par jour, couplé à l'exercice physique de 30 minutes quotidiennes, **double la durée de vie des femmes après un cancer du sein! \***

\* Résultat d'une étude qui a suivi 1.500 survivantes

## EN CONCLUSION

---

“Dès que l’on prend conscience de la cause d’un mal-être ou d’une maladie, le processus de guérison est déjà amorcé. Il ne reste plus que l’action ou la décision appropriée pour assister au retour de l’harmonie”

— CLAUDIA RAINVILLE



Surveillez votre boîtes aux lettres et réseaux sociaux, j’envoie aux abonné.es des informations régulières, interviews, podcasts, recettes de cuisine gourmandes ;p et plein de clés pour **vivre plus longtemps en meilleure santé.**

POUR CONTINUER À RECEVOIR DES  
CLÉS, INTERVIEW, VIDÉOS  
& PODCASTS GRATUITS,

ABONNEZ-VOUS



isabeaupape



JoieFoundation



@joiefoundation



joiefoundation



isabeaupape