

Sommaire

Préface de Sylvie Simon

Avant-propos

Première partie L'intox médiatique

Introduction : la société du stress permanent

Chapitre 1 : L'information toxique

1. Pourquoi écoute-t-on les infos ? Ou pas...
2. Dix heures : bienvenue en conférence de rédaction !
3. Les journalistes sont-ils devenus des fonctionnaires de l'info ?
4. Les experts de la... désinformation
5. Trop d'infos tue l'info
6. La consanguinité médiatique
7. Le prêt-à-penser viral
8. Les toxines de l'autocensure
9. Comment reconnaître une information saine ?

Chapitre 2 : Le lavage de cerveau cathodique

1. De la dépendance à l'apathie
2. Miroir, mon beau miroir...
3. La malbouffe télévisuelle
4. Le *green washing* lave plus blanc
5. *Infotainment* : la politique fait sa pub

Conclusion : Internet nous sauvera-t-il de la médiacratie ?

Deuxième partie L'intox médica-menteuse

Introduction : de l'hygiène de vie à... l'hygiénisme

Chapitre 1 : La santé *pasteurisée*

1. Notre héros national est-il un imposteur ?
2. La société infantilisée
3. Virus ! Où es-tu, que fais-tu ?
4. Pour quelques boutons...
5. Une maladie, un vaccin. Un vaccin, des maladies...
6. L'enfance empoisonnée
7. Peut-on vivre sans piqûre ?

Chapitre 2 : la santé désintoxiquée

1. Médecines douces ou dérives sectaires ?
2. A la découverte de la naturopathie
3. L'homéopathie : de l'alchimie à la science
4. La biologie numérique sort la tête de l'eau
5. Magnésium, le magnifique !
6. L'argent colloïdal, des vertus en or

Conclusion : Contre les émotions toxiques, les Fleurs du Dr Bach

Troisième partie **L'intox agroalimentaire**

Introduction : Dis-moi ce que tu manges...

1. Le caddie toxique
2. Info et intoxic sur les pesticides
3. Chimères alimentaires
4. La chasse au gras tue
5. De l'indigestion chronique aux maladies de civilisation
6. Le mal du sucre
7. Le mal du lait
8. Le mal du blé
9. Le mal du sel

Conclusion : l'enfer alimentaire est pavé de bonnes intentions

Épilogue : Vers une évolution de conscience

Postface : Philippe Desbrosses

Bibliographie