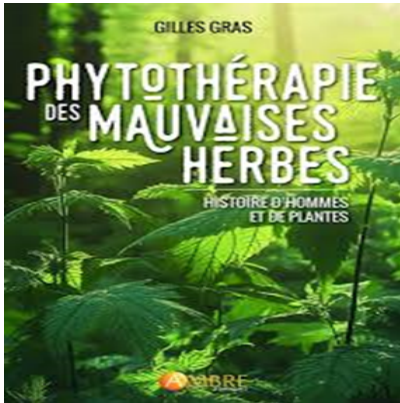




Phytothérapie des mauvaises herbes

Description

Histoire d'hommes et de plantes

Gilles GRAS

Avril 2025 49 €

Éditeur : Ambres Éditions ISBN : 2940594821

default watermark



Bien plus qu'un simple ouvrage sur les plantes médicinales, « **Phytothérapie des mauvaises herbes** » met en lumière les plantes les plus courantes de notre **flore**, révélant toute l'étendue de leurs pouvoirs et détaillant la riche histoire qu'elles partagent avec l'humanité. Pour en tirer le meilleur parti, nous explorerons en profondeur les étapes essentielles de la **cueillette**, du **séchage** et des **préparations** que l'on peut réaliser chez soi. Mais notre ambition ne s'arrête pas là. Nous nous efforcerons également de mieux comprendre ces mauvaises herbes, de saisir leur caractère unique et leur personnalité. Ce n'est qu'en adoptant cette approche que nous pourrions véritablement redonner à ces plantes leurs lettres de noblesse.

Se réapproprier ces savoirs, c'est gagner en **autonomie** et en **liberté**. Cela signifie aussi valoriser nos **plantes indigènes** et résister aux tentations des solutions miracles proposées par des **plantes exotiques**, souvent méconnues et dont les impacts écologiques dans leur habitat naturel sont ignorés. Plongez dans leur univers : découvrez leur histoire intimement liée à celle de l'homme, leurs noms, les techniques de **cueillette** et de **séchage**, leurs usages, ainsi que leurs **propriétés thérapeutiques** et modes d'emploi.

« **Phytothérapie des mauvaises herbes** » est une véritable ode aux plantes que l'on a souvent tendance à négliger, mais qui regorgent de vertus insoupçonnées. Ce livre invite le lecteur à redécouvrir les trésors cachés de notre **flore** locale, en mettant l'accent sur les étapes essentielles de la **cueillette** et des préparations maison. À travers une exploration minutieuse de l'histoire et des usages de ces plantes, l'auteur réussit à éveiller notre curiosité et à nous inciter à revaloriser ce patrimoine naturel. En résistant à la tentation des solutions exotiques, l'ouvrage nous rappelle l'importance de l'**autonomie** et de la préservation de notre biodiversité indigène.

Categorie

1. documents
2. livre
3. SRHGx

Tags

1. cueillette
2. mauvaises herbes
3. phytothérapie
4. préparation

date créée

11 août 2025

Auteur

cblancke

default watermark