



Les tisanes qui soignent, les basiques santÃ©

Description

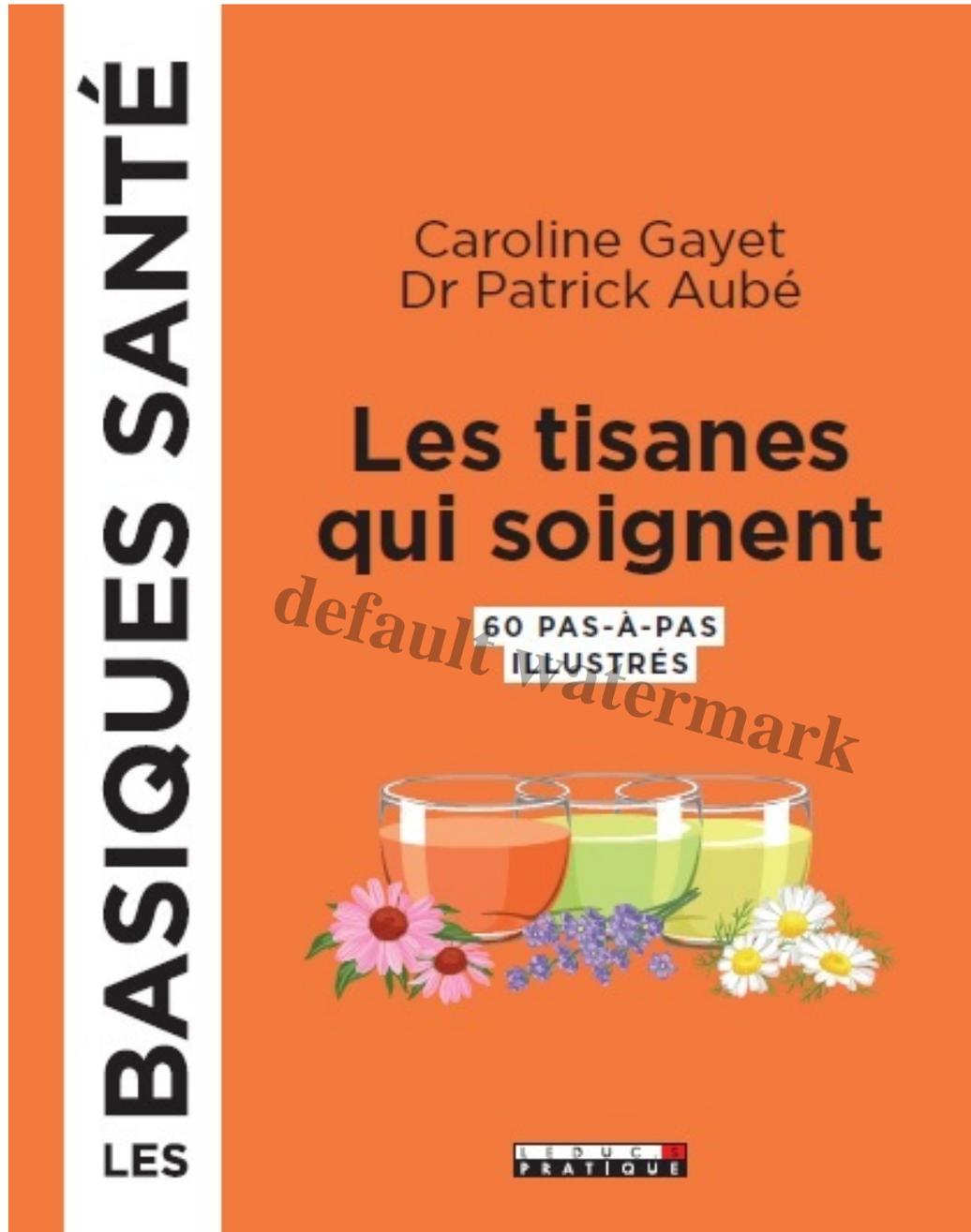
60 pas-Ã -pas illustrÃ©s

Dr Patrick AUBÃ© Caroline GAYET

Juin 2020 14,90 â¬

Ã©ditions : Leduc ISBN 10 : 1028517688

default watermark



Soignez vos maux quotidiens grâce aux tisanes aromatiques.

Une infusion, c'est d'abord un moment de détente et de plaisir.

Mais une tisane aromatique "avec huiles essentielles" possède en plus de puissantes propriétés thérapeutiques.

Toutes les infos pratiques pour un maximum d'efficacité et de plaisir (préparation, choix de l'eau, du miel, conservation des plantes).

Les 40 meilleures plantes du bien-être et de la santé, avec pour chacune une **fiche** = des fiches autour d'une belle photo de la plante pour donner ses indications principales.

Les meilleures huiles essentielles et eaux florales pour renforcer l'â€™™action thÃ©rapeutique de vos tisanes : ravintsara, ylang-ylangâ€™!

60 situations (SOS jambes lÃ©gÃ©res, antidÃ©prime, antigrippe, acnÃ©, allergies, ballonnements, cellulite, mÃ©nopauseâ€™) **et solutions archi-simples** en pas-Ã -pas illustrÃ©s.

A chaque problÃ©me, sa solution.

9 GPS phyto pour choisir la plante qui convient Ã votre problÃ©me.

Le **Dr Patrick AubÃ©** est mÃ©decin gÃ©nÃ©raliste, expert en phytothÃ©rapie et membre fondateur du Syndicat National de la Phyto-AromathÃ©rapie.

Caroline Gayet est diÃ©tÃ©ticienne phytothÃ©rapeute en exercice libÃ©ral, elle a travaillÃ© 10 ans Ã l'â€™™herboristerie du Palais Royal Ã Paris.

Categorie

1. documents
2. livre
3. SRHGx

Tags

1. plantes soignantes
2. tisanes

date crÃ©Ã©e

15 septembre 2022

Auteur

cblancke

default watermark