





Au Moyen-Âge, Hildegarde de Bingen a développé une connaissance très fine des vertus des plantes pour la santé, qui rejoignent leurs propriétés aujourd'hui étudiées par la science !

Et si vous en profitez, vous aussi ?

Dans cet ouvrage richement illustré et qui reprend les textes de la sainte, suivez les traces de cette femme d'exception en découvrant ses 60 plantes favorites : leurs caractéristiques, leurs vertus, leur histoire, mais aussi comment les cultiver et les utiliser au quotidien !

Avec plus de 60 remèdes de santé et recettes, fidèles aux principes hildegardiens mais aussi compatibles avec les connaissances médicales modernes.

**Paul Ferris** est journaliste spécialisé en santé et expert en thérapies naturelles. Il est l'auteur de nombreux guides de santé naturelle, notamment Les remèdes de santé de Hildegarde de Bingen, Le guide de la lune, Le guide des fleurs de Bach et Le guide pratique de la maladie de Lyme.

## Categorie

1. documents

2. livre
3. SRHGx

### Tags

1. herbarium
2. plantes de santÀ©
3. santÀ©

### date crÀ©Ã©e

7 mai 2024

### Auteur

cblancke

*default watermark*