

Ma pharmacie naturelle idéale

Description

Compléments alimentaires, plantes, huiles essentielles, vitamine, minéraux Vatermark

Christine CIEUR

Mai 2021 23,00 â,¬

Éditions: Terre Vivante ISBN: 2360984837





Le saviez-vous ? La cannelle de Ceylan est un stimulant général et facilite la digestion. L'argile, détoxifiante, combat les infections et les états inflammatoires. RemÃ"de polyvalent, le citron jaune rétablit en douceur l'équilibre acido-basique de l'organisme. Excellent probiotique, la levure de biÃ"re constitue aussi un trÃ"s bon fortifiant pour les ongles et les cheveux.

De nombreuses plantes, utilisées en tisanes, teintures mÃ"res, granules homéopathiques, élixirs floraux ou huiles essentielles, permettent également de booster l'immunité, de soigner tous les petits maux de la vie quotidienne (digestion, problÃ"mes de peau, ORL, etc.), voire d'accompagner un traitement conventionnel (sans jamais s'y substituer) pour le diabà te, le cholestérol, le cancer, les problà "mes cardiovasculaires… Vous trouverez dans cet ouvrage le descriptif de 80 remÃ"des naturels qui ont fait leurs preuves. De A comme Ail à V comme Vitamine D, l'auteure, pharmacienne expérimentée, prodigue avec clarté et précision tous ses conseils pour vous guider dans vos choix. Les contre-indications, précautions d'emploi et posologies sont précisées, ainsi que les formes à privilégier (tisane, décoction, extrait de plante concentré, gélules, ovulesâ€!).

Dix trousses thématiques vous sont aussi proposées : séjours à la mer, Ã la montagne ou Ã la campagne, voyages lointains, mais aussi premiers soins, troubles liés à la ménopause, trousses pour les tout-petits, les femmes enceintes, les sportifs, les seniors.

Un livre qui deviendra vite indispensable, pour vous et vos proches. default

L'auteure

Docteure en pharmacie, conseillA re en fleurs de Bach, formatrice en phyto-aromathA crapie, Christine Cieur est l'une des meilleures spécialistes des plantes et des soins naturels en France. Elle a tenu une pharmacie pendant 25 ans avant d'ouvrir une boutique de produits naturels où elle accueille des visiteurs de la France entiÃ"re. Elle a déjà écrit plusieurs ouvrages et collabore A la revue professionnelle « La phytothA©rapie europA©enne ».

Une « pharmacie naturelle idéale » pour prendre soin de sa famille sans risques, avec efficacité dans une approche aussi bien préventive que curative.

80 remÃ des naturels de A à Z, indispensables pour prévenir, traiter ou améliorer prà s de 400 pathologies, bÃ@nignes ou plus graves. Ces soins ont Ä@tÃ@ sÃ@lectionnÃ@s pour leur efficacitÃ@ et leur polyvalence par l'une des spécialistes les plus reconnues des m©decines naturelles en France.

â€" Toutes les contre-indications et précautions d'usage référencées de maniÃ"re rigoureuse. â€" De nombreuses formules et recettes incontournables ou plus pointues, avec le détail de leur utilisation. â€" 10 trousses thématiques pour chaque occasion (trousse premiers soins, trousses montagne, mer, campagne, voyages lointains, bébé, femme enceinte, ménopause, senior, sport). â€" Des dossiers sur les essentiels de l'aromathérapie, de l'homéopathie, des fleurs de Bach, des vitamines et minéraux.

– Une approche par ordre alphabétique, pour retrouver facilement le soin recherché, complétée par un index par pathologies trÃ"s détaillé, pour une navigation aisée dans l'ouvrage.

– De nombreux conseils préventifs pour soutenir le systÔme immunitaire, retarder les effets du vieillissement, se préparer à l'hiver, éviter les « maladies de civilisation » (cancer, maladies cardiovasculaires, diabÃ"te…).

– PrÔs de 400 pathologies, qui vont des petits maux de tous les jours (rhume, maux de tête, acné, rÔgles douloureusesâ€l) à des problématiques plus complexes (diabÔte, dépression, cancerâ€l) pour lesquelles sont proposés des soins en accompagnement du traitement conventionnel (jamais en remplacement du traitement).

Categorie

- 1. documents
- 2. livre
- 3. SRHGx

Tags

- 1. jardin
- 2. pharmacie naturelle
- 3. plante médicinale
- 4. remÃ"de

date créée 2 août 2023 Auteur cblancke

