

## Plantes mÃ©dicinales Ã glaner

### Description

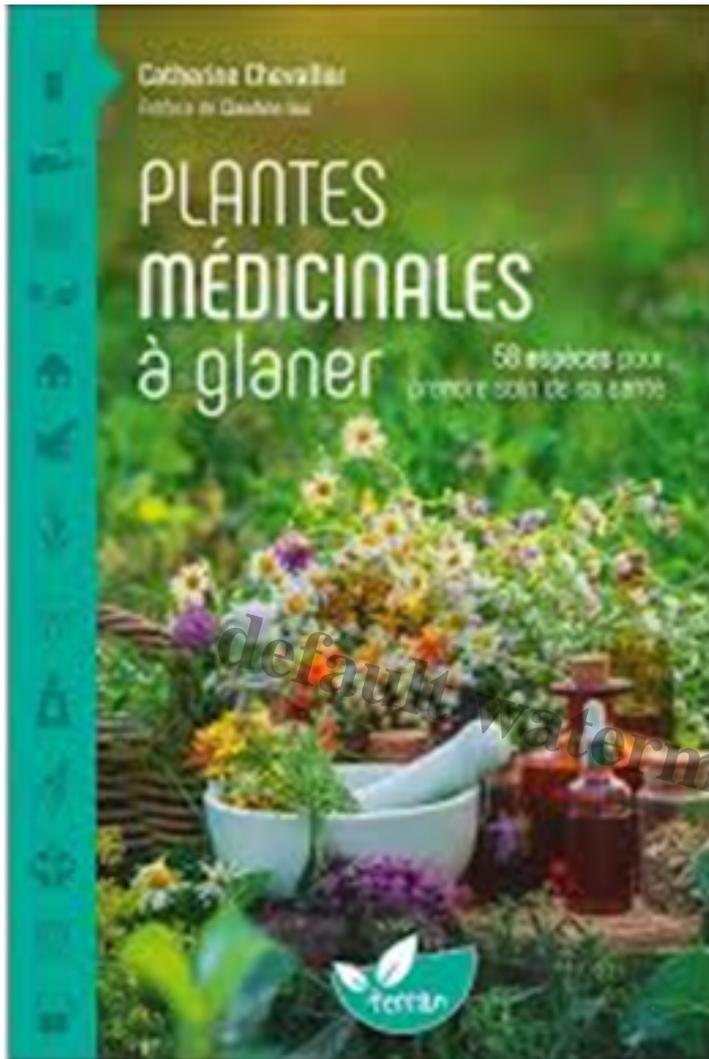
58 espÃ©ces pour prendre soin de sa santÃ©

**CHEVALLIER Catherine**

**Mai 2025            25â,-**

**Ã©ditions du Terran ISBN : 9782359811988**

default watermark



De la cueillette à la transformation, une présentation de 58 plantes communes en France, à travers des fiches simples et concrètes : identification, propriétés, usages médicaux, précautions d'emploi, entre autres. L'auteur propose 300 remèdes, comme des tisanes, des cataplasmes ou des sirops, pour créer ou développer sa pharmacie familiale naturelle

Soigner les maux du quotidien avec les plantes qui nous entourent est à la portée de tous. Comment profiter de leurs bienfaits en toute sécurité ? Quelles parties employer ? À quelle période ? Comment les identifier dans leur environnement naturel et les récolter sans impacter l'écosystème ? Et si vous n'osez pas (encore) les glaner ou n'en avez pas la possibilité, comment les choisir et lesquelles les cultiver ? Ce livre répond à toutes ces questions. De la cueillette à la transformation, la pharmacienne Catherine Chevallier présente 58 plantes communes en France à travers des fiches simples et concrètes : identification, propriétés, usages médicaux, précautions d'emploi ! Vous pourrez ainsi réaliser plus de 300 remèdes maison : tisanes, sirops, teintures, macérats huileux, vins et vinaigres, cataplasmes, bains ! Avec son approche pratique et ses nombreux conseils, ce guide vous accompagnera pour créer ou développer votre pharmacie familiale naturelle, ouvrant la voie vers une autonomie dans les soins.

Pharmacienne spécialisée dans la santé au naturel, **Catherine Chevallier** a grandi dans un environnement familial où la phytothérapie traditionnelle lui a été transmise avec soin. Elle

intervient dans une Ã©cole d'herboristerie, et Ã© la vulgarisation et Ã© l'appropriation de sa santÃ© au quotidien Ã© travers les plantes.

### Categorie

1. documents
2. livre
3. SRHGx

### Tags

1. plantes mÃ©dicinales

### date crÃ©e

25 juin 2025

### Auteur

cblancke

default watermark