



250 remèdes naturels à faire soi-même

Claudine Luu, Préface de Jean-Marie Pelt

📄 Télécharger

📖 Lire En Ligne

250 remèdes naturels à faire soi-même Claudine Luu, Préface de Jean-Marie Pelt

Un ouvrage à la fois très complet et très pratique qui réunit le meilleur des connaissances populaires et médicales puisque son auteur est à la fois pharmacienne et herboriste. Sommité dans le monde de la phytothérapie, elle nous livre ici 50 ans de savoirs. Une découverte des 50 plantes médicinales les plus courantes, avec leurs propriétés mais surtout leurs usages en automédication, pour soigner tous les petits maux du quotidien. Pour chaque plante, une fiche détaillée avec des explications botaniques pour bien reconnaître la plante, ses propriétés et principes actifs, ses indications et les recettes correspondantes à faire soi-même : tisanes, teintures-mères, baumes, lotions, macérats glycinés de bourgeons (gemmothérapie), etc. Un apprentissage des différents modes de transformation de ces plantes que l'on peut réaliser soi-même et chez soi, expliqués très simplement et précisément grâce à des pas à pas illustrés par de nombreuses photos. La transmission d'un savoir-faire et de préparations qui risquent de tomber peu à peu dans l'oubli : certaines teinture-mères, par exemple, ne sont plus disponibles en pharmacie, alors qu'elles sont faciles à réaliser soi-même. De quoi composer sa propre pharmacie familiale et naturelle, gratuitement. Bref, un pas de plus vers l'autonomie...

📄 [Download 250 remèdes naturels à faire soi-même ...pdf](#)

📖 [Read Online 250 remèdes naturels à faire soi-même ...pdf](#)

250 remèdes naturels à faire soi-même

Claudine Luu, Préface de Jean-Marie Pelt

250 remèdes naturels à faire soi-même Claudine Luu, Préface de Jean-Marie Pelt

Un ouvrage à la fois très complet et très pratique qui réunit le meilleur des connaissances populaires et médicales puisque son auteur est à la fois pharmacienne et herboriste. Sommité dans le monde de la phytothérapie, elle nous livre ici 50 ans de savoirs. Une découverte des 50 plantes médicinales les plus courantes, avec leurs propriétés mais surtout leurs usages en automédication, pour soigner tous les petits maux du quotidien. Pour chaque plante, une fiche détaillée avec des explications botaniques pour bien reconnaître la plante, ses propriétés et principes actifs, ses indications et les recettes correspondantes à faire soi-même : tisanes, teintures-mères, baumes, lotions, macérats glycéринés de bourgeons (gemmothérapie), etc. Un apprentissage des différents modes de transformation de ces plantes que l'on peut réaliser soi-même et chez soi, expliqués très simplement et précisément grâce à des pas à pas illustrés par de nombreuses photos. La transmission d'un savoir-faire et de préparations qui risquent de tomber peu à peu dans l'oubli : certaines teinture-mères, par exemple, ne sont plus disponibles en pharmacie, alors qu'elles sont faciles à réaliser soi-même. De quoi composer sa propre pharmacie familiale et naturelle, gratuitement. Bref, un pas de plus vers l'autonomie...

Téléchargez et lisez en ligne 250 remèdes naturels à faire soi-même Claudine Luu, Préface de Jean-Marie Pelt

320 pages

Présentation de l'éditeur

Un ouvrage à la fois très complet et très pratique qui réunit le meilleur des connaissances populaires et médicales puisque son auteur est à la fois pharmacienne et herboriste. Sommité dans le monde de la phytothérapie, elle nous livre ici 50 ans de savoirs. Une découverte des 50 plantes médicinales les plus courantes, avec leurs propriétés mais surtout leurs usages en automédication, pour soigner tous les petits maux du quotidien. Pour chaque plante, une fiche détaillée avec des explications botaniques pour bien reconnaître la plante, ses propriétés et principes actifs, ses indications et les recettes correspondantes à faire soi-même : tisanes, teintures-mères, baumes, lotions, macérats glycéринés de bourgeons (gemmothérapie), etc. Un apprentissage des différents modes de transformation de ces plantes que l'on peut réaliser soi-même et chez soi, expliqués très simplement et précisément grâce à des pas à pas illustrés par de nombreuses photos. La transmission d'un savoir-faire et de préparations qui risquent de tomber peu à peu dans l'oubli : certaines teinture-mères, par exemple, ne sont plus disponibles en pharmacie, alors qu'elles sont faciles à réaliser soi-même. De quoi composer sa propre pharmacie familiale et naturelle, gratuitement. Bref, un pas de plus vers l'autonomie... Biographie de l'auteur

Claudine Luu (34131 Candillargues) est Docteur en Pharmacie et Docteur ès Sciences naturelles.

Enseignante et conférencière, spécialiste des plantes médicinales, sommité dans le monde de la phytothérapie, Claudine Luu a publié de nombreux ouvrages dans ce domaine. Elle a notamment fondé avec son mari Vinh Luu l'IMDERPLAM (Institut Méditerranéen d'Etude et de Recherche sur les Plantes Médicinales), une des écoles phares de la phytothérapie en France.

Download and Read Online 250 remèdes naturels à faire soi-même Claudine Luu, Préface de Jean-Marie Pelt #5TV9B8ZW1LX

Lire 250 remèdes naturels à faire soi-même par Claudine Luu, Préface de Jean-Marie Pelt pour ebook en ligne 250 remèdes naturels à faire soi-même par Claudine Luu, Préface de Jean-Marie Pelt Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres 250 remèdes naturels à faire soi-même par Claudine Luu, Préface de Jean-Marie Pelt à lire en ligne. Online 250 remèdes naturels à faire soi-même par Claudine Luu, Préface de Jean-Marie Pelt ebook Téléchargement PDF 250 remèdes naturels à faire soi-même par Claudine Luu, Préface de Jean-Marie Pelt Doc 250 remèdes naturels à faire soi-même par Claudine Luu, Préface de Jean-Marie Pelt Mobipocket 250 remèdes naturels à faire soi-même par Claudine Luu, Préface de Jean-Marie Pelt EPub

5TV9B8ZW1LX5TV9B8ZW1LX5TV9B8ZW1LX