



CULTIVER ET UTILISER LES PLANTES MÉDICINALES

Rosemary Gladstar

↓ Télécharger

📖 Lire En Ligne

CULTIVER ET UTILISER LES PLANTES MÉDICINALES Rosemary Gladstar

↓ [Download CULTIVER ET UTILISER LES PLANTES MÉDICINALES ...pdf](#)

📖 [Read Online CULTIVER ET UTILISER LES PLANTES MÉDICINALES ...pdf](#)

CULTIVER ET UTILISER LES PLANTES MEDICINALES

Rosemary Gladstar

CULTIVER ET UTILISER LES PLANTES MEDICINALES Rosemary Gladstar

Téléchargez et lisez en ligne CULTIVER ET UTILISER LES PLANTES MEDICINALES Rosemary Gladstar

224 pages

Extrait

Qu'est-ce qu'une plante médicinale ?

Si vous employez des herbes en cuisine, vous recourez déjà à la phytothérapie. Toutes nos herbes et épices culinaires usuelles comptent en effet parmi les plantes médicinales les plus importantes et les plus estimées. Et si vous jardinez et que vous cultivez des aromatiques, pour leur beauté et leur fragrance, çà et là dans vos massifs de fleurs ou entre vos plants de légumes, alors vous n'êtes pas loin de pratiquer la médecine par les plantes.

Les herbes aromatiques du jardin comme la lavande, le thym, la sauge, le basilic, le romarin, la menthe, l'achillée et la menthe poivrée font partie des plantes médicinales les plus éprouvées et sont utilisées depuis très longtemps à des fins thérapeutiques sous la forme de tisanes, d'onguents, de cataplasmes ou de teintures. Ouvrez votre réfrigérateur et vous y trouverez peut-être d'autres remèdes naturels, du raifort, par exemple (l'un des meilleurs remèdes contre les sinusites) ou du chou (très efficace en cataplasme pour traiter le zona et l'urticaire).

Vous vous dites peut-être qu'il s'agit de légumes et non d'herbes. D'un point de vue botanique, une herbe est une plante herbacée possédant une tige non ligneuse.

Cependant, lorsque les herboristes parlent d'herbes médicinales, ils incluent simplement toutes les plantes qui peuvent être utilisées à des fins thérapeutiques. Ne perdez pas de vue que la phytothérapie est un art qui a évolué au fil des siècles, avec les populations et en fonction de leurs besoins. Il semble donc logique que les gens aient utilisé ce qu'ils avaient à portée de main, dans leur cuisine ou leur jardin. La plupart des plantes les plus usuelles sont toujours nos remèdes les plus efficaces et les plus appréciés contre les affections courantes.

Ainsi, sans même le savoir, vous pratiquez peut-être déjà, chez vous, la médecine naturelle par les plantes.

Présentation de l'éditeur

Les plantes médicinales sont efficaces, sûres, peu chères et faciles à faire pousser ! Il est cependant utile d'être guidé pour utiliser des remèdes maison à base de plantes. Ce livre, rédigé par une spécialiste reconnue des plantes médicinales, présente de manière pratique et simple une trentaine de plantes et d'épices, et explique : comment les faire pousser ? quelles sont leurs vertus ? comment les utiliser ? Des photos et des illustrations permettent un apprentissage facile et rassurant, pour profiter à domicile des bienfaits des plantes et herbes médicinales. Biographie de l'auteur

Rosemary Gladstar est une enseignante et herboriste qui bénéficie de plus de 35 ans d'expérience dans le domaine des plantes médicinales. Membre d'organismes internationaux sur cette thématique, elle est l'auteur d'autres ouvrages sur les plantes médicinales et leurs bienfaits.

Download and Read Online CULTIVER ET UTILISER LES PLANTES MEDICINALES Rosemary Gladstar #167F3IUGTKL

Lire CULTIVER ET UTILISER LES PLANTES MEDICINALES par Rosemary Gladstar pour ebook en ligneCULTIVER ET UTILISER LES PLANTES MEDICINALES par Rosemary Gladstar 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 CULTIVER ET UTILISER LES PLANTES MEDICINALES par Rosemary Gladstar à lire en ligne.Online CULTIVER ET UTILISER LES PLANTES MEDICINALES par Rosemary Gladstar ebook Téléchargement PDFCULTIVER ET UTILISER LES PLANTES MEDICINALES par Rosemary Gladstar DocCULTIVER ET UTILISER LES PLANTES MEDICINALES par Rosemary Gladstar MobipocketCULTIVER ET UTILISER LES PLANTES MEDICINALES par Rosemary Gladstar EPub
167F3IUGTKL167F3IUGTKL167F3IUGTKL