

Compresses, cataplasmes & Cie

Auteur(s) Bächle-Helde, Bernadette (1968-...) (Auteur) ;
Bühning, Ursel (1950-...) (Auteur) ;
Bollinger, Corinne (Traducteur)

Titre(s) Compresses, cataplasmes & Cie : soins maison pour toute la famille : maux de ventre, troubles ORL, douleurs articulaires / Bernadette Bächle-Helde & Ursel Bühning ; traduit de l'allemand par Corinne Bollinger.

Collection(s) (Conseils d'expert).

Résumé Oubliez vos préjugés sur les cataplasmes d'antan et découvrez dans cet ouvrage l'efficacité des enveloppements, cataplasmes et compresses. Cette approche de la santé mérite d'être remise au goût du jour pour sa simplicité, son innocuité et ses nombreux bienfaits. • Des remèdes à base d'ingrédients de tous les jours (oignon, citron, chou...) ou faciles à trouver et peu onéreux (huiles essentielles, huiles végétales, argile...). • Des soins pour de nombreux maux du quotidien : troubles ORL, état grippal, problèmes digestifs, troubles du sommeil... • Des propositions pour soulager les douleurs articulaires et les maux de dos, mais aussi les entorses, contusions et hématomes. • Des focus sur les douleurs menstruelles, les problèmes d'allaitement, les soins douceur pour les tout-petits et les personnes âgées, la détente, le bien-être. • Des explications simples, des pas à pas en photos, une mise en page aérée et agréable. Un livre cocooning pour prendre soin de vous et des vôtres avec bienveillance et efficacité.

Notes Index.

Lien(s) Traduit de : Heilsame Wickel und Auflagen aus Heilpflanzen .

Sujet(s) Médecine naturelle

Cataplasmes

Guides pratiques

Exemplaires

Aperçu	Livre
Bib. d'origine	Saint Just malmont
Section	Adulte
Cote	615.5 BAC
Situation	en rayon
Date retour	