



Se soigner par les plantes

Jacques Labescat

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

Se soigner par les plantes Jacques Labescat

 [Download Se soigner par les plantes ...pdf](#)

 [Read Online Se soigner par les plantes ...pdf](#)

Se soigner par les plantes

Jacques Labescat

Se soigner par les plantes Jacques Labescat

Téléchargez et lisez en ligne **Se soigner par les plantes Jacques Labescat**

128 pages

Extrait

Avant-propos du Docteur Jacques Labescat

À l'instar de l'écrivain botaniste Jean-Jacques Rousseau, qui herborisait derrière la demeure royale du château de Vincennes, là même où saint Louis rendait la justice sous son arbre, identifier les plantes sauvages, les ramasser, les conserver et les utiliser est non seulement une vraie source de bien-être et de santé, mais aussi un excellent moyen d'agrémenter promenades et découvertes. Certes, il faut désormais s'éloigner des villes pour retrouver une nature un tant soit peu sauvage, mais le bonheur de la promenade, du partage des connaissances botaniques et médicinales, et celui de la transmission - en famille ou entre amis - récompensera largement chacun de sa patience et de sa curiosité.

Fruit de mon expérience de médecin phytothérapeute et d'herboriste passionné, cet ouvrage vous invite à découvrir une autre façon de se soigner, plus globale et plus naturelle, grâce à cette «médecine des simples» à la fois traditionnelle et d'avenir. Préparer tisanes, onguents et sirops, pour soi-même et pour ses proches, devient alors un geste aussi naturel et quotidien que réaliser des confitures ou des conserves. Quant à ceux qui ne peuvent arpenter la campagne, ils trouveront toutes les préparations que nous conseillons en pharmacie, de préférence spécialisée, ou en herboristerie, s'ils ont la chance d'en avoir une à proximité.

Bonne lecture Présentation de l'éditeur

Écrit par un spécialiste de la phytothérapie, *Se soigner par les Plantes* donne toutes les clés pour soulager les troubles et les autres petits maux du quotidien qui touchent régulièrement la famille. Vous trouverez dans ce guide : Une " pharmacie verte " pour se soigner autrement au quotidien ; les bons gestes phyto pour une automédication saine et sans risque ; des remèdes simples et faciles à utiliser. Biographie de l'auteur Médecin généraliste, ostéopathe et homéopathe, Jacques Labescat n'en finit pas d'apprendre, d'enseigner et de transmettre autour de sa passion, le mieux-être de l'homme dans sa globalité. Il est l'auteur de nombreux ouvrages et d'articles parus, notamment, dans *Notre temps* et *Vivre plus*.

Download and Read Online *Se soigner par les plantes Jacques Labescat* #B5G1TE4X068

Lire Se soigner par les plantes par Jacques Labescat pour ebook en ligneSe soigner par les plantes par Jacques Labescat 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 Se soigner par les plantes par Jacques Labescat à lire en ligne.Online Se soigner par les plantes par Jacques Labescat ebook Téléchargement PDFSe soigner par les plantes par Jacques Labescat DocSe soigner par les plantes par Jacques Labescat MobipocketSe soigner par les plantes par Jacques Labescat EPub

B5G1TE4X068B5G1TE4X068B5G1TE4X068