



## 50 plantes médicinales à cultiver dans votre jardin ou sur votre balcon

*Xavier Gruffat*

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

**50 plantes médicinales à cultiver dans votre jardin ou sur votre balcon**

Xavier Gruffat

 [Download 50 plantes médicinales à cultiver dans votre jardin o ...pdf](#)

 [Read Online 50 plantes médicinales à cultiver dans votre jardin ...pdf](#)

# **50 plantes médicinales à cultiver dans votre jardin ou sur votre balcon**

*Xavier Gruffat*

**50 plantes médicinales à cultiver dans votre jardin ou sur votre balcon** Xavier Gruffat

## **Téléchargez et lisez en ligne 50 plantes médicinales à cultiver dans votre jardin ou sur votre balcon**

### **Xavier Gruffat**

---

233 pages

Présentation de l'éditeur

Dans un livre au design clair et innovant, découvrez 50 plantes médicinales courantes en Europe, à cultiver facilement dans votre jardin, véranda, patio, sur votre terrasse ou balcon, que ce soit en pleine terre ou en pots. Vous pourrez ainsi soigner de façon 100% naturelle les petits maux de tous les jours, à l'aide de préparations simples à réaliser vous-même.

Pour chaque plante, trouvez toutes les informations utiles :

la CULTURE : plantation, emplacement, exposition, arrosage, récolte.

les VERTUS THERAPEUTIQUES (sans oublier les contre-indications)

des RECETTES DE REMEDES NATURELS à faire soi-même : infusions, sirops, décoctions, jus, pommades, huiles, lotions, miels, cataplasmes, teintures, bains...

Toux, grippe, rhume des foins, mycoses, cystites, troubles digestifs, mauvaise haleine, brûlures, insomnies, stress, déprime, jambes lourdes, rhumatismes, etc : depuis longtemps, nos grands-mères ont su exploiter les puissantes propriétés curatives des plantes. Bien avant les médicaments, la nature nous a offert des remèdes biologiques dont l'efficacité expérimentale et scientifique est largement attestée, et qui présentent en outre moins d'effets secondaires indésirables que les produits chimiques.

Ce guide vous permettra de renouer avec ce savoir-faire millénaire tout en savourant le plaisir de cultiver chez vous ces plantes bienfaisantes et aromatiques précieuses pour votre santé.

Biographie de l'auteur

Xavier Gruffat est pharmacien diplômé de l'Ecole polytechnique fédérale de Zurich (Suisse). Journaliste santé, diplômé d'économie (MBA), fondateur et rédacteur en chef des sites Internet [www.creapharma.ch](http://www.creapharma.ch) et [www.creapharma.fr](http://www.creapharma.fr) notamment, il est éditeur web dans le domaine de la santé. Ses sites sont publiés en plusieurs langues et lus chaque mois par plus de 1,5 million de personnes dans le monde entier, principalement en France, au Brésil, en Italie, en Allemagne, en Suisse, en Belgique et au Canada. Il est l'auteur du best-seller 220 remèdes de grand-mère (Favre, 2013).

Download and Read Online 50 plantes médicinales à cultiver dans votre jardin ou sur votre balcon Xavier Gruffat #QWGDH1PSFVZ

Lire 50 plantes médicinales à cultiver dans votre jardin ou sur votre balcon par Xavier Gruffat pour ebook en ligne  
50 plantes médicinales à cultiver dans votre jardin ou sur votre balcon par Xavier Gruffat  
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 50 plantes médicinales à cultiver dans votre jardin ou sur votre balcon par Xavier Gruffat à lire en ligne.  
Online 50 plantes médicinales à cultiver dans votre jardin ou sur votre balcon par Xavier Gruffat ebook  
Téléchargement PDF 50 plantes médicinales à cultiver dans votre jardin ou sur votre balcon par Xavier Gruffat Doc  
50 plantes médicinales à cultiver dans votre jardin ou sur votre balcon par Xavier Gruffat  
Mobipocket 50 plantes médicinales à cultiver dans votre jardin ou sur votre balcon par Xavier Gruffat EPub  
**QWGDH1PSFVZQWGDH1PSFVZQWGDH1PSFVZ**