

Livre

Auteur(s) : Millier, Pascale (Auteur) ;Henry, Marc (1949-...) (Préfacier, etc.)

Titre(s) : Le grand livre des fleurs de Bach et des élixirs floraux : le guide indispensable de florithérapie pour prendre soin de soi et de ses proches / Pascale Millier ; préface du Pr Marc Henry.

Editeur(s) : Paris : Eyrolles, 2021.

Collection(s) : (Le grand livre, ISSN 2107-2116).

Autres : 1 vol. (XIII-338 p.-16 pl.) . illustrations en noir et en couleur . 23 x 19 cm

Résumé : Un guide de phytothérapie présentant brièvement l'histoire et les fondements de cette discipline pour orienter le lecteur dans l'utilisation des fleurs de Bach et d'autres élixirs floraux. Les propriétés, les vertus et les usages de chaque fleur sont décrits et une stratégie thérapeutique adaptée aux différentes problématiques (le stress, le sommeil, etc.) est proposée pour chaque âge de la vie. ©Electre 2023.

Notes : Bibliogr. Sitogr. - Tout public.

Sujet(s) : Fleurs de Bach ;Phytothérapie ;Plantes médicinales ;Guides pratiques ;Phytothérapie



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Adultes	Documentaires	615.32 MIL	Prêt normal	Disponible	Ploufragan