



Andrew Chevallier

Die pflanzliche Hausapotheke

Natürliche Heilmittel für Körper, Geist & Seele. Die große Hausapotheke mit 100 pflanzlichen Heilmitteln zum Selbermachen

Natürlich heilen – gesünder leben!

Ob schlechter Schlaf, Erkältung oder Sonnenbrand: Gegen jede Beschwerde ist ein passendes Kraut gewachsen! Dieses Buch stellt **über 100 pflanzliche Heilmittel** vor – übersichtlich gegliedert nach Beschwerden. Es enthält **einfache Schritt-für-Schritt-Anleitungen**, wie man diese ganz einfach zuhause herstellen kann. Es rückt den **ganzheitlichen Ansatz** der Naturheilkunde in den Fokus: Statt die Symptome zu behandeln sollte man deren **Ursachen und die Verbindung zwischen Körper und Geist erkennen**. Nur so ist Naturmedizin wirklich wirksam!



Kräutermedizin zum Selbermachen

- Naturmedizin für jede Lebenslage: Über **100 einfache pflanzliche Heilmittel**, übersichtlich **nach alltäglichen Bedürfnissen und Beschwerden** gegliedert.
- Leicht und verständlich: Enthält **unkomplizierte Schritt-für-Schritt-Anleitungen und Techniken** zur eigenen **Herstellung von Heilmitteln**.
- Informativ: **Mit 40 illustrierten Pflanzenporträts** – von Aloe Vera über Rosmarin bis Zimt.
- **Natürlich wohlfühlen**: Der perfekte Ratgeber für Menschen, die sich für Kräuter- und Pflanzenheilkunde und alternative Therapien interessieren und für alle, die nach sicheren und natürlichen Hausmitteln bei einfachen Gesundheitsbeschwerden suchen.

Die Kraft der Natur nutzen

Wer kennt es nicht: Bei einer Erkältung schnell ein Pulver in Wasser auflösen oder bei Kopfweg eine Tablette einnehmen. Aber gibt es nicht etwas Pflanzliches, das genauso gut hilft? **Bestsellerautor Andrew Chevallier stellt über 100 natürliche Arzneimittel vor, die man ganz einfach zuhause herstellen kann**. Er erklärt die Ursachen von Krankheiten und wirbt für ein besseres Verständnis für den eigenen Körper. **40 illustrierte Pflanzenporträts** runden diese natürliche Hausapotheke ab und machen sie zu einem **unverzichtbaren Begleiter im Alltag**.

Natürlich, sanft und wirksam: Die neue Hausapotheke aus der Natur zum Selbermachen – ein Muss für alle, die sich für Kräuter- und Pflanzenheilkunde interessieren!

Andrew Chevallier

Die pflanzliche Hausapotheke

Natürliche Heilmittel für Körper, Geist & Seele. Die große Hausapotheke mit 100 pflanzlichen Heilmitteln zum Selbermachen

ISBN 978-3-8310-4856-4
256 Seiten, 178 x 218 mm
Mit farbigen Illustrationen
€ 19,95 (D) / € 20,60 (A)