

Meine Heilpflanzen

Mit 10 heimischen Pflanzen fast alles behandeln

Taschenbuch
Ellen Heidböhmer

10,00 €
inkl. MwSt. [zzgl. Versand](#)



- Die Top 10 der heimischen Heilpflanzen – sammeln, anbauen, anwenden.
- Mit leckeren, gesunden Rezepten.

186x127x13mm (LxBxH)
1. Auflage 2021
Umschlag/Ausstattung: 20
Farbfotos,
Seiten: 128
EAN: 9783968590059
Art.-Nr.: 45005

KOSMOS

Produktinformationen "Meine Heilpflanzen"

Heimische Heilpflanzen können bei unglaublich vielen Krankheiten und Beschwerden eingesetzt werden. Dieser Ratgeber bietet ausführliche Informationen zu Inhaltsstoffen und gesundheitlichen Wirkungen von 10 unserer wichtigsten Heilpflanzen: Bärlauch, Gänseblümchen, Giersch, Huflattich, Klette, Lavendel, Mariendistel, Salbei, Sauerampfer und Wermut nebst deren Anwendung in Bädern, Tees, Inhalationen oder in der Hautpflege. Notfall-Rezepturen mit Heilpflanzen, leckere, gesunde Kochrezepte und Tipps zum Sammeln heimischer Heilpflanzen und zum Selbstziehen auf dem Küchen-Fensterbrett runden dieses praktische, kompakte Heilpflanzenbuch ab.

Autorinnen und Autoren

Ellen Heidböhmer

Ellen Heidböhmer, geb. 1963, beschäftigt sich seit über 20 Jahren mit Pflanzenheilkunde, alternativen Heilmethoden und Traditioneller Chinesischer Medizin. Sie hat zahlreiche Artikel und Bücher zu Gesundheit und Selbstfürsorge veröffentlicht und arbeitet als freie Autorin und Übersetzerin.

[Mehr zur Person](#)