

Gesund und zufrieden älter werden

Meine Kräuter-Rezepte für Menschen im Alter

Gebundene Ausgabe
Eva Aschenbrenner

6,99 €

inkl. MwSt. [zzgl. Versand](#)



Zufrieden und vital - auch im Alter Wertvoller Rat aus Eva Aschenbrenners Erfahrungsschatz Mit vielen Wohlfühl-Tipps

222x165x13mm (LxBxH)

1. Auflage 2012

Umschlag/Ausstattung: 41 Farbfotos, 14

Farbzeichnungen, Bindeart: laminiertes

Pappband

Seiten: 80

EAN: 9783440132913

Art.-Nr.: 13291

KOSMOS

Produktinformationen "Gesund und zufrieden älter werden"

Die bekannte Kräuterfrau gibt in diesem Buch ihre persönlichen Erfahrungen aus 30 Jahren Beschäftigung mit den Heilkräften der Natur weiter. Sie erklärt, wie wir bis ins hohe Alter zufrieden und vital bleiben und was wir für Körper, Geist und die innere Ausgeglichenheit tun können. Ihre Kräuter-Rezepte und Ratschläge sind besonders hilfreich beim Umgang mit Altersbeschwerden. Mit ihren fast 90 Jahren ist sie das beste Beispiel für die Wirksamkeit ihres Rats.

„Lieber Leserin, lieber Leser, immer wieder werde ich darauf angesprochen, was ich empfehle, um auch im Alter gesund zu bleiben und sich wohlfühlen. In diesem Buch möchte ich Ihnen meine ganz persönlichen Erfahrungen aus meiner jahrzehntelangen Beschäftigung mit den Heilkräften der Natur weitergeben und Ihnen Tipps geben, was Sie im Alter für einen gesunden Körper, Geist und Ihre innere Ausgeglichenheit tun können. Meine Kräuter-Rezepte sind wunderbare (oder: segensreiche) Helfer bei Altersbeschwerden, und ich habe auch die Erfahrungen und Heilungsverläufe meiner Leserinnen und Leser in diesem Buch aufgenommen. Herzlichst Eva Aschenbrenner.“



Anzahl der Bewertungen: (1)

Über den Autor

Eva Aschenbrenner

Die Bestseller-Autorin Eva Aschenbrenner ist am 2. Februar 1924 in Kochel am See geboren. Das einfache und entbehrungsreiche Leben hat sie geprägt. Die schweren Erkrankungen ihres Mannes Hans waren 1979 der Auslöser dafür, sich intensiv mit der Kräuterheilkunde zu beschäftigen. Ihr Wissen um Pfla...

[Mehr zum Autor](#)