

# Bibliothèque communale La Tour-de-Peilz

## Résultat de recherche pour "615.8 Médecines populaires et parallèles"

Titre:	L'autre pharmacie : guide d'herboristerie familiale
Auteurs:	Luzi, Laetitia
Collection:	Guides pratiques
Catégorie d'âge:	Adultes
Type d'objet:	Livre
Sous-type de média:	Documentaire
Langues:	français
	261 p. :
	<p>Vos proches et vous vivez dans un environnement stressant et pollué ? Vous vous inquiétez pour un parent fragile ? Vous prenez soin d'un enfant hypersensible ? La toux ne vous lâche pas, l'anxiété vous tenaille ? Vous souhaitez peut-être simplement écouter et fortifier votre corps, réapprendre à vous servir des plantes qui poussaient dans le jardin de votre grand-mère ? Nous avons tous et toutes de bonnes raisons de nous tourner vers le soin par les plantes et de mieux connaître l'herboristerie. Cet héritage précieux, ce savoir construit pendant des millénaires sur tous les continents s'est vu longtemps marginalisé par la médecine moderne. Aujourd'hui, les médecines naturelles commencent à être reconnues, étudiées et enseignées. Ce livre participe à cette émancipation en nous encourageant à retrouver un contact direct avec les plantes afin de développer notre autonomie par rapport à l'industrie pharmaceutique. Vous y trouverez entre autres : - 50 fiches techniques de plantes, en priorité non menacées et indigènes d'Amérique du Nord ou d'Europe ; - des conseils pour prévenir et soulager plus de 40 pathologies simples et courantes, allant des maladies infantiles aux rhumatismes en passant par le syndrome prémenstruel, la nausée et l'eczéma ; - des explications sur les manières de choisir, cueillir, préparer et utiliser ces plantes (huiles florales, décoctions, etc.) ; - des avertissements sur les effets secondaires et des contre-indications ; - des sections consacrées aux huiles essentielles et aux suppléments couramment utilisés en naturopathie. Ce livre prodigue une multitude de conseils pour la prévention et le soin, dans un langage simple et précis. Il comprend tout ce qu'il faut savoir pour composer sa pharmacie familiale à la maison. L'auteure partage ses connaissances professionnelles avec rigueur et sagesse et nous fait en outre bénéficier de son regard unique, dû à son expérience sur plusieurs continents, qui allie anthropologie, travail au champ, études théoriques et soin des malades. Ce parcours donne à son travail une profondeur exceptionnelle et contribue à redonner à l'herboristerie ses lettres de noblesse.</p>
Mots matières:	Phytothérapie Plante médicinale
Classification:	615.8 Médecines populaires et parallèles

### Informations supplémentaires

Zone d'auteurs:	Laetitia Luzi
Editeur:	[S.l.] : écosociété, 2020
Réservations (actuelles):	0

Emplacement	Cote / Marque	Disponibilité	Code de prêt	Date d'échéance	No d'exemplaire	Réservations	Réserver
Mezzanine	615.8 LUZI	disponible disponible			40050	0	