



Susan Curtis, Louise Green, Penelope Ody, Dragana Viliñac, Julia Behrens

Das neue Praxisbuch Heilpflanzen

Sanfte und natürliche Anwendungen

Das Interesse an der heilenden Wirkung von Heilpflanzen wächst seit Jahren. Immer mehr Menschen erkennen die Vorteile, die eine Behandlung mit Kräutern bringt. Bei korrekter Anwendung leisten Kräuter einen wertvollen Beitrag zur ganzheitlichen Lebensführung und lindern Alltagsbeschwerden. Die aktualisierte Neuauflage von „Das neue Praxisbuch Heilpflanzen“ stellt mehr als 100 Kräuter im Porträt vor und bietet mit zahlreichen Rezepten die Möglichkeit, Naturprodukte mit viel Spaß selbst herzustellen.



Mit diesem Heilpflanzen-Lexikon entdeckt der Leser die heilende Wirkung der Pflanzenwelt. In detaillierten Porträts erfährt man zunächst alles über die Inhaltsstoffe, Eigenschaften, Anwendungsmöglichkeiten sowie Informationen zu Anbau und Ernte von über 100 Kräutern von A bis Z. Auf doppelseitigen Übersichten werden schließlich wirksame Heilpflanzen gegen häufige gesundheitliche Beschwerden wie Husten und Erkältung, Frauenbeschwerden, mentale Probleme oder Schwangerschaft vorgestellt. Dazu gibt es über 140 praktische Rezepte für kosmetische und medizinische Naturprodukte zur inneren und äußerlichen Anwendung. So finden sich u.a. Anleitungen zu Smoothies, Tees, Sirup und Tinkturen, aber auch Körperöle, Cremes und Badezusätze. Eine perfekte und sichere Bereicherung für jede Hausapotheke.

Über die Autorinnen: **Julia Behrens** ist Naturheilkundlerin mit über 20-jähriger Erfahrung. Sie betreibt eine eigene Klinik. **Susan Curtis** führt eine Homöopathie- und Naturheilkundepraxis. **Louise Green** arbeitet seit über 15 Jahren bei einem Naturkosmetikhersteller. Seit Kurzem leitet sie die Abteilung für Nachhaltigkeit. **Penelope Ody** ist Kräuterkundlerin und arbeitete zwölf Jahre lang als beratende Kräuterexpertin. Sie hat mehr als 20 Bücher über Kräuterheilkunst geschrieben und leitet Kurse über Küchen- und Arzneikräuter. **Dragana Viliñac** ist Kräuterkundlerin, ihre Leidenschaft gehört der Naturheilkunde.

Susan Curtis, Louise Green, Penelope Ody, Dragana Viliñac, Julia Behrens

Das neue Praxisbuch Heilpflanzen

Sanfte und natürliche Anwendungen

ISBN 978-3-8310-4160-2

320 Seiten, 203 x 241 mm

Mit farbigen Fotos und Illustrationen

€ 19,95 (D) / € 20,60 (A)

DK Verlag Dorling Kindersley Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Ira Zeizen • Arnulfstraße 124 • 80636 München

Telefon: ++49/89/ 44 23 26-241 • Fax: ++49/89/ 44 23 26-410 • E-Mail: presse@dk-germany.de

Im Falle einer Besprechung bitten wir um einen Beleg. Vielen Dank im Voraus.