



Terre & Nature SA
1003 Lausanne
021/ 349 40 72
www.terrenature.ch

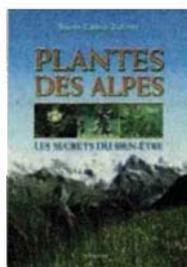
Genre de média: Médias imprimés
Type de média: Presse spécialisée
Tirage: 22'364
Parution: hebdomadaire

N° de thème: 844.003
N° d'abonnement: 844003
Page: 20
Surface: 8'380 mm²

LIVRES

UNE SÉLECTION DE CLÉMENT GRANDJEAN

Remèdes faits maison



Le pouvoir des plantes n'est plus à prouver. Mais il n'est pas toujours facile de savoir lesquelles utiliser, sous quelle forme et pour quel usage. Cet ouvrage présente plusieurs centaines de recettes et de conseils pour confectionner soi-même produits de soin, tisanes, huiles, sirops ou onguents. L'auteur s'appuie sur son expérience et sur les astuces familiales transmises de génération

en génération. Saviez-vous par exemple qu'une infusion d'ail permet de réguler la tension artérielle? Qu'un sirop à base de pensées sauvages est souverain contre la toux? Ou que l'huile de lavande a des propriétés désinfectantes?

Plantes des Alpes. Les secrets du bien-être, Josette Ganioz-Zufferey, Slatkine, 247 pages, 32 fr.

On a bien aimé La table des matières très pratique.

On a moins aimé Les illustrations peu utiles.