

Tisane Per Il Corpo E Lanima Agenda 2016

La detox, ovvero la "disintossicazione", è un modo naturale per eliminare gli agenti inquinanti nocivi che potrebbero essersi accumulati nel corpo. La parola "disintossicazione" fa paura a molte persone che pensano che per disintossicare il corpo si debba passare attraverso una dieta ferrea – un lungo digiuno – o praticare alcuni trattamenti dolorosi e sgradevoli per pulire l'intestino. Dieta purificante, detox, eliminare le tossine, purificare il corpo, digiunare.Frasi come: "Non mangerò per tre giorni, berrò solo succhi di frutta" "Mangerò solo mele per una settimana" "Berrò solo tisane questa settimana" "Inizio la dieta Special K" Succede spesso che prima dell'estate, si provino le più svariate strategie per compensare tutto ciò che non si è fatto durante l'inverno, così da potersi sentire a proprio agio quando arriva il momento di "mettersi allo scoperto", con abiti leggeri e bikini per andare in spiaggia. Ma cosa significa veramente detox? Eliminare le tossine, purificare l'organismo, disintossicare? In che cosa consiste veramente questa pulizia del corpo? Probabilmente se ne sentono così tante su questo argomento che si è creata un po' di confusione. La disintossicazione è un modo per ripulire il corpo, per far sì che gli organi interni vengano liberati dalle tossine e dalle impurità così che possano ricaricarsi e continuare a funzionare al meglio. In questo ebook Trovi: Introduzione Dieta detox e perdita di peso Quando è necessaria una dieta detox
Dieta detox: come funziona?
Dieta detox: regole prima di iniziare
Dieta detox: lista della spesa
Dieta detox: il programma giorno per giorno
Dieta detox: possibili effetti collaterali
Dieta detox: cose da fare e cose da non fare
Dieta detox: altri alimenti purificanti

State cercando di prendere o di perdere peso? Avete qualche chiletto di troppo e vorreste sbarazzarvene? Oppure, al contrario, siete alla ricerca di qualche curva in più? Vi piacerebbe installare delle abitudini sane ed avere una vita equilibrata? La nostra collezione di libriccini pratici "Zen Attitude" sono fatti per semplificarvi la vita! Scoprite le nostre guide, dai contenuti divulgativi e ad un prezzo davvero economico, che vi aiuteranno a portare la natura nella vostra vita quotidiana e a ritrovare la serenità... e perché no, a ritrovare voi stessi! Abbiamo trovato la serenità e il nostro percorso di vita nell'amore, nell'equilibrio interiore, nella serenità, nella condivisione, ma anche testando e adottando abitudini salutari semplicissime da mettere in atto. Amiamo cucinare in modo naturale e preparare tantissimi tipi di succhi di frutta o di tisane per il nostro benessere. Desideriamo condividere con voi le nostre esperienze e i nostri strumenti per permettervi di rilavvicinarvi al vostro io e a ritrovare la serenità...Scoprirete dei fantastici libretti pratici davvero utili, con tanti consigli, e sempre a portata di mano nel vostro smartphone :-)In questa guida vi mostrerò alcune abitudini sane, semplici da mettere in pratica e basilari per sentirvi in pace e in armonia con il vostro corpo e il vostro peso. Troverete inoltre alcuni strumenti davvero utili ed interessanti come delle ricette per creare dei fantastici succhi freschi, delle ottime tisane e tanti altri piatti sani per aiutarvi in modo semplice a raggiungere il peso che vi siete fissati/e come obiettivo! Cosa troverete in questa guida? tanti strumenti e piccoli suggerimenti per raggiungere il peso desiderato oltre 40 ricette buonissime per preparare dei succhi freschi, delle tisane e dei piatti davvero deliziosi Siete pronti a intraprendere il cammino verso la pace e la serenità? Sì?Allora andiamo!Cristina & Olivier Rebiere
Ha molta anime, Torino, e non è facile scoprirle tutte. Non ci riesce chi si è appena trasferito, per studio o per lavoro, ma nemmeno chi ci è nato e cresciuto. Perché la città è discreta e non ama apparire, ma è anche vitale, concreta e piena di opportunità. Basta cercare nei posti giusti. In questa guida vi raccontiamo la ricetta antica di una città che non rinuncia al bello, ma con un occhio ai costi, e con un'alta glamour e parsimonia piemontese. Sarà un viaggio alla ricerca della qualità sostenibile nella Torino del cohousing, del cinema, dell'arte contemporanea, dei luoghi da vivere con i bambini. Conoscerete posti speciali gestiti con passione, dall'atelier di design dove il disagio mentale si trasforma in pezzi d'arredamento unici e low cost, all'osteria nel verde dove si mangia con sei euro, al locale underground dove si balla tutta la notte a prezzi popolari. E poi mercatini, nuove e vecchie piole, boutique inaspettabilmente convenienti e 9 itinerari ad hoc con cui scoprire la città e la collina. Perché vivere bene a Torino si può, anche al tempo della crisi.

Dal Germoglio alla seconda primavera - La donna nelle sue metamorfosi

Pronto soccorso naturopatico
Lachesis

Manuale di fiori ed erbe
Le ricette della dieta dei gruppi sanguigni

Finalmente anche tu puoi dire addio per sempre alla cellulite! Scopri subito come! Vorresti eliminare la cellulite senza troppi sacrifici? Vuoi sapere come ritrovare la forma fisica ed eliminare la cellulite dal tuo corpo? Come ridurre la cellulite in poco tempo grazie all'alimentazione? La cellulite è un inestetismo che compare soprattutto in alcune zone del corpo e che colpisce la gran maggioranza delle donne. Le cause che favoriscono il suo sviluppo sono molteplici ma anche i rimedi per il suo contrasto e la sua eliminazione. Grazie a questo libro scoprirai che cosa è la cellulite e come eliminarla per sempre! La prima parte del manuale è dedicata alle caratteristiche, alle tipologie e ai vari tipi di cellulite esistenti. Le principali cause, il giusto stile di vita e come riconoscerle i vari stadi della cellulite. Successivamente verranno svelati tutti i segreti per eliminare per sempre la cellulite dal tuo corpo. Ti verranno illustrati nel dettaglio esercizi utili e imparari a organizzare l'alimentazione quotidiana, quali sono i cibi utili per combattere la cellulite e quali sono da evitare. In pochissimo tempo sarai in grado di combattere per sempre questo inestetismo! Ecco che cosa otterrai da questo libro: Che cosa è la cellulite
Le principali cause che favoriscono la formazione della cellulite
Caratteristiche, sintomi e tipi di cellulite
Come riconoscerla i vari stadi della cellulite
Che cosa è la ritenzione idrica e le cause i passaggi per eliminare per sempre la cellulite
Gli step per un'alimentazione sana e corretta
Gli alimenti contro la cellulite: dosi e somministrazione
I 10 cibi che contro la cellulite
Le tisane che permettono di ridurre ed eliminare la cellulite
L'attività fisica come rimedo contro la cellulite: gli esercizi utili
Quali creme comprare e come utilizzarle
La terapia ad onde d'urto e l'ozonoterapia
E molto di più!
La cellulite è un problema serio che colpisce moltissime persone.

Proprio per questo motivo è importante seguire i consigli giusti per migliorare e conservare salute e bellezza! Scorri verso l'alto e fai clic su "Acquista ora"!

Tè e tisane curative per corpo, mente e spirito. 300 ricette dalle tradizioni di Cina ed EuropaTisane e dolci rimedi per il corpo e lo spirito. Calendario 2017Dieta Detox Per TuttiDisintossica il Tuo Corpo e Perdi Peso in modo NaturaleBlu Editore
Gonfiore, stitichezza, cattiva digestione, spossatezza, difficoltà di concentrazione, aumento di peso e mal di testa Questi sono i segni evidenti di un organismo che ha bisogno di essere depurato! Per riuscirci in modo efficace e duraturo, il segreto è cambiare per sempre regime alimentare e, grazie al metodo messo a punto da JJ. Smith, è finalmente possibile. Seguendo il suo programma, infatti, chiunque può depurarsi, perdere fino a 7 chili e scoprire (o riscoprire) il desiderio di mangiare in modo sano. Per 10 giorni, quotidianamente si consumano 3 frullati verdi preparati con acqua, ortaggi a foglia verde e frutta: si bevono almeno 8 bicchieri d'acqua (oltre a infusi e tisane depurative a piacere) e quando viene fame si fa uno spuntino sano e nutriente per esempio con sedano, uova o frutta secca. In poco tempo si riconquista un benessere completo, fisico e mentale, e ci si libera dei chili di troppo e anche di tutte le tossine accumulate. Un programma valido che garantisce di fare il pieno di energie e di tornare ad avere un corpo sano e in forma.

Torino (e dintorni) low cost

COME PERDERE 12 CHILI IN 30 GIORNI CON LA DIETA DEL SORRISO. Tutto quello che devi fare e mangiare, day by day!

Decotti e tisane

Dieta colorata e divertente

Tisane e dolci rimedi per il corpo e lo spirito. Calendario 2017

Tisane Rimedi & Ricette

Un Manuale, uno strumento prezioso e infallibile per tutte le apprendiste streghe, per conoscere il sentiero della ritualistica, delle corrispondenze, il significato magico degli incensi, delle candele, delle pietre e delle erbe. Una fonte copiosa di informazioni utili per vivere la vita in accordo con l'energia della natura: fasi lunari e festività pagane. Scopri gli incantesimi, consigli e rituali da seguire ed eseguire; impara a fare le tue candele magiche il tuo personale incenso, scopri il tuo vero nome di strega e impara a tenere il tuo personale Libro delle Ombre. Imparare a conoscere, scegliere e usare le pietre e i metalli fa parte di un sapere antico nel quale non esisteva frattura tra la mente e il corpo, tra l'essere umano e la natura. . Inoltre, nel libro, troverete molti consigli utili per preparare tisane e impacchi per mantenere il corpo e la mente sani, e infine, un semplice rito di auto-iniziazione, per potenziare le proprie facultà occulte e celebrare individualmente cerimonie e riti di grande forza evocativa.

Perdere 12 kg in soli 30 giorni è un obiettivo importante e impegnativo. Non stiamo qui a prenderci in giro, non è uno scherzo ma una sfida seria da affrontare con coscienza e volontà. Nessuna formula magica, solo costanza e olio di gomito. Elena Mandolini ti guiderà passo-passo, un po' come il Virgilio di Dante, in un percorso di 30 giorni dall'inferno dei chili di troppo al paradiso di una nuova vita, per rimanere in metafora. Sappi che per compiere con successo questo percorso non ti basterà la sola "dieta" ma dovrai anche seguire i nostri consigli relativamente a movimento e altre attività benefiche. Patti chiari e amicizia lunga, insomma. Ma attenzione, non devi spaventarti o scoraggiarti, anzi. Abbiamo ribattezzato questo metodo, la "Dieta del Sorriso", perché non si basa sul concetto di privazione, bensì su quello di esperienza e approvazione. Lo stile di Elena è personale, allegro e motivante, da amica, da coach, ma non da nutritionista (che è opportuno ti segua e prescrivere). Con la Dieta del Sorriso, non solo non dovrai privarti di nulla o quasi, di ciò che ami, ma addirittura farai nuove esperienze e proverai novità, di cui magari non potrai mai più fare a meno. Siamo onesti, il target è prevalentemente femminile, ma ciò non toglie che i consigli argomentati sono universali e quindi utilizzabili da chiunque. Si parte da un capitolo "0," che è un po' il proemio di questo avventuroso viaggio. È un po' il momento della valigia, in cui ci saranno un po' di premesse metodiche e concettuali ma, soprattutto, ti saranno fornite le giuste motivazioni per affrontare questo stimolante viaggio che, in soli 30 giorni, ti farà conoscere e apprezzare una nuova te stessa! Pronti? Buon viaggio allora!

Il rivoluzionario programma di 21 giorni per perdere peso in modo sano «Pa' che il cibo sia la tua medicina e che la medicina sia il tuo cibo». Questa celebre frase di Ippocrate è il mantra che bisognerebbe tenere a mente nell'affrontare qualunque discorso sul dimagrimento. Perdere peso e tenersi in forma ha senso infatti solo se si parte dal presupposto che lo si fa per stare bene, che l'obiettivo finale non sono i chili o centimetri in meno, ma un organismo in buona salute. Questa guida propone un rivoluzionario sistema da sperimentare in 21 giorni, con sessioni quotidiane di allenamento di trenta minuti, basato su studi all'avanguardia in ambito medico e nutrizionale, capace di rimettere in moto il metabolismo e riabilitare il nostro corpo ad attivarsi secondo ritmi più sani. Basta con diete fallimentari o digiuni forzati: il segreto per un organismo che funziona è legato a un'attitudine positiva nei confronti dell'attività fisica e del cibo e, soprattutto, all'attenzione per il benessere psicologico, indispensabile per quello del corpo. Intensive 21 è un programma completo, che va dall'allenamento da seguire ai cibi sani da comprare, che prevede giorni di riposo, consigli e poche, semplici regole da tenere sempre presenti. L'obiettivo? Il raggiungimento di un equilibrio a 360 gradi. 21 giorni di allenamento sano per riattivare il metabolismo ed entrare in sintonia con i ritmi biologici del nostro corpo Ecco che cosa dice chi ha seguito il metodo Intensive 21: «Intensive 21 è uno stile di vita, una rinascita, il giusto modo per amarsi e prendersi cura di sé con consapevolezza, motivazione, grinta ed entusiasmo e soprattutto senza false aspettative.» «Questo non è un percorso con un inizio e una fine, ma uno stile di vita! Lo consiglio a prescindere dal dover perdere peso, per sentirsi bene!» «Avevo bisogno di trovare una strada per stare bene. Allenamenti estenuanti e privazione di cibo mi hanno accompagnato per una vita senza risultati. Con Intensive 21 mi sto volendo bene con il cibo e l'allenamento.» Nataliya Gera Vive a Milano ed è l'ideatrice del metodo Intensive 21. Appassionata di sport sin dall'infanzia, ha frequentato numerosi corsi da personal trainer, health coach e postural trainer. Con la prima gravidanza, intenzionata a controllare il peso in modo corretto, ha cominciato a studiare un programma che avesse solide basi scientifiche. Il suo metodo per mantenersi in forma ha riscosso un notevole successo sui social e l'ha resa un punto di riferimento quotidiano per i suoi follower.

Una piccola guida che vi permetterà di capire i meccanismi di base per regolare il vostro peso, ma anche alcuni strumenti per aiutarvi a mantenervi in forma, senza diete e senza stancarvi troppo

Una Piccola Guida Che Vi Permetterà di Capire I Meccanismi Di Base per Regolare il Vostro Peso, Ma Anche Alcuni Strumenti per Aiutarvi a Mantenervi in Forma, Senza Diete e Senza Stancarvi Troppo

Incanti dal Giardino di Hermione

Scopri come prevenire ed eliminare la cellulite con il metodo perfetto per dimagrire velocemente ed avere un corpo tonico.Rimodella le tue gambe, ottieni glutei e cosce perfette

MANUALE DI MAGIA VERDE. L'uso di erbe e piante in Magia

Detox. La guida segreta per iniziare a depurare il tuo corpo senza mille rinunce, anche se ti sembra una missione impossibile

NON DISPONIBILE PER KINDLE-E-INK PAPERWHITE OASIS I preparati a base di erbe o frutta, da consumare piacevolmente sotto forma di infusi o tisane, possono contribuire ad alleviare o a prevenire molti disturbi comuni. Questo volume offre un ricettario completo, declinato per apparati del corpo e tipologia di malessere, e le schede descrittive delle principali piante medicinali italiane.

State cercando di prendere o di perdere peso?Avete qualche chiletto di troppo e vorreste sbarazzarvene?Oppure, al contrario, siete alla ricerca di qualche curva in più?Vi piacerebbe installare delle abitudini sane ed avere una vita equilibrata?La nostra collezione di libriccini pratici "Zen Attitude" sono fatti per semplificarvi la vita!Scoprite le nostre guide, dai contenuti divulgativi e ad un prezzo davvero economico, che vi aiuteranno a portare la natura nella vostra vita quotidiana e a ritrovare la serenità... e perché no, a ritrovare voi stessi! Abbiamo trovato la serenità e il nostro percorso di vita nell'amore, nell'equilibrio interiore, nella serenità, nella condivisione, ma anche testando e adottando abitudini salutari semplicissime da mettere in atto. Amiamo cucinare in modo naturale e preparare tantissimi tipi di succhi di frutta o di tisane per il nostro benessere. Desideriamo condividere con voi le nostre esperienze e i nostri strumenti per permettervi di riavvicinarvi al vostro io e a ritrovare la serenità...Scoprirete dei fantastici libretti pratici davvero utili, con tanti consigli, e sempre a portata di mano nel vostro smartphone. In questa guida vi mostrerò alcune abitudini sane, semplici da mettere in pratica e basilari per sentirvi in pace e in armonia con il vostro corpo e il vostro peso. Troverete inoltre alcuni strumenti davvero utili ed interessanti come delle ricette per creare dei fantastici succhi freschi, delle ottime tisane e tanti altri piatti sani per aiutarvi in modo semplice a raggiungere il peso che vi siete fissati/e come obiettivo! Cosa troverete in questa guida?tanti strumenti e piccoli suggerimenti per raggiungere il peso desideratooltre 40 ricette buonissime per preparare dei succhi freschi, delle tisane e dei piatti davvero deliziosi Siete pronti a intraprendere il cammino verso la pace e la serenità? Sì? Allora andiamo!Cristina & Olivier Rebiere
Impara a utilizzare i principi attivi delle erbe per fare infusi, tisane e decotti dalle proprietà dimagranti. Potrai così eliminare il grasso accumulato più facilmente, contrastando anche la fame nervosa e la cellulite.

Disintossica il Tuo Corpo e Perdi Peso in modo Naturale

Vis à vis. I trattamenti per illuminare la pelle e migliorare l'espressione del viso

La dieta green & detox

Tè e tisane curative per corpo, mente e spirito. 300 ricette dalle tradizioni di Cina ed Europa

Dizionario compendiatore delle scienze mediche prima traduzione italiana con giunte e correzioni tomo I. [-20.] parte I. [-2.]

le cure più naturali: la guida per scegliere le erbe più adatte a curare i disturbi della mente e del corpo

Bere è una necessità quotidiana. Il nostro corpo è costituito per la maggior parte da acqua. È fondamentale mantenerse sempre idratati perché, se non si beve a sufficienza, la disidratazione avviene molto rapidamente. Mentre bere senza sete è quindi fondamentale, questo non vale per tutte le bevande! I succhi di frutta o il latte, ad esempio, sono alimenti che vengono digeriti. Tuttavia, è necessario bere un liquido che idrati e disseti, ma non ha bisogno di essere digerito. L'acqua soddisfa tutte queste condizioni, così come gli infusi o le tisane che includono il tè, e anche il caffè, di cui però non si deve abusare. Queste bevande offrono anche il grande vantaggio di essere prive di calorie - tranne quelle dell'eventuale miele o zuccheri aggiunti. Inoltre, sono presenti molti tisane che, oltre a fornirvi la necessaria idratazione, vi permetteranno di alleviare una serie di piccoli disturbi quotidiani. È vero che alcuni possono essere bevuti con più o meno piacere, come la camomilla e la sua leggendaria amarezza, ma la maggior parte degli infusi di erbe sono bevande gustose. Con orgoglio, come ospite attento o hostess, offritele queste bevande sorprendenti e salutarì ai vostri ospiti, che saranno presto conquistati dalla diversità dei sapori antichi presentati. Li sorprenderete con una tisana fredda e salata presentata come aperitivo o come accompagnamento a tutto pasto. Poi, una volta gustato il dolce, visiterete ancora una volta le loro papille gustative con cocktail di piante che non hanno effetto sul punto vita o sulla via di casa, e i cui vapori profumati evocheranno viaggi esotici o passeggiate bucoliche.
PRINCIPALI HIGHLIGHTS DEL LIBRO
Preparati per dormire
Allevare lo stress
Combatti la fatica
Aiuta la digestione
Idrato
Purifica il tuo corpo
Rafforza il sistema immunitario
Allevia le malattie diuretiche
Sostieni il corpo in caso di raffreddore
Allevia i dolori articolari
Facilitare la gravidanza e l'allattamento
E MOLTI ALTRI GRAZIE

Per la sissoid del libro scriverci cosa?
3 donne, 3 operatrici sanitarie che hanno deciso di unire i loro saperi per dar vita ad un progetto letterario che affronta le tematiche della salute riproduttiva della donna, dal menarca alla menopausa, in un'ottica integrata e volta a valorarne le potenzialità di salute. Un libro che si rivolge alle donne, alle osteriche, al personale sanitario e a tutti coloro che desiderano saperne un po' di più sull'affascinante universo della femminilità.

Come farèbbe un'amica fidata ed esperta, l'autrice risponde ai molti dubbi delle neomamme, spiegando che, per la stragrande maggioranza delle donne, avere una buona produzione di latte è possibile e neanche troppo difficile. Nel libro troverete tutto quello che c'è da sapere per avviare con serenità l'allattamento e per portarlo avanti per il tempo che serve a vostro figlio. - Preziosi consigli pratici: come attaccare il bambino al seno, come capire se mangia a sufficienza, ogni quanto allattare, a chi rivolgersi in caso di difficoltà. - Come riconoscerle e trattare le cause del calo della produzione di latte, dalla mastite, allo stress, agli scatti di crescita del piccolo. - Come nutrirsi quando si allatta: i cibi e le erbe che favoriscono la produzione di latte, i superfood che danno energia, gli alimenti e le sostanze che è meglio evitare. - 75 straordinarie ricette utili per aumentare la produzione di latte ma adatte anche al resto della famiglia.

Le più potenti difese naturali per l'organismo, ti proteggono e ti curano senza intossicarti

Il Nuovo Manuale delle Streghe

Le tisane terapeutiche. Fonte di benessere

Scopri come prevenire ed eliminare la cellulite con il metodo perfetto per dimagrire velocemente ed avere un corpo tonico.Rimodella le tue gambe e ottieni glutei e cosce perfette

Sentirsi bene con il proprio peso

Sono i tre antibiotici naturali più efficaci contro le infezioni, i virus e i batteri. Molte persone riescono a perdere peso anche senza sacrifici alimentari e senza compiere sforzi particolari: l'importante è far scattare un cambiamento che smuova le energie interiori rimaste "bloccate" e stagnanti. Si ingrassa quando la vita si è spenta e si rinuncia a qualcosa di importante per sé. Nel libro cento suggerimenti utili per prendersi cura di se stessi, riscoprire le proprie passioni, i talenti e i piaceri; così si dimagrisce senza fare rinunce, ma anzi arricchendo la propria esistenza. Tanti esempi concreti per riuscire a eliminare atteggiamenti nocivi, convinzioni sbagliate, legami dannosi, abitudini che appesantiscono. È possibile così ritrovare la propria strada, per vivere meglio e far sparire facilmente i chili in eccesso.

Una tisana per rafforzare la vostra salute?

Vuoi sapere come utilizzare le piante per fare tisane, e migliorare la vostra salute?

La vita è fatta anche di piaceri semplici che possono trasformarsi facilmente in pura felicità ;-)

La nostra collezione di guide pratiche " <i>Nature Passion</i> " lo dimostreranno! Scopri le guide facili ed economiche che vi aiuteranno a portare la natura nella vostra vita quotidiana!

Desideriamo condividere con voi le nostre conoscenze utili e le nostre astuzie per "domare" facilmente questa Natura dalla quale la vita moderna ci ha allontanato.

Scoprirete piccole guide pratiche utili , sempre a portata di mano nel vostro smartphone. In questo numero della collezione <i>Nature Passion</i> vedremo come preparare tisane e altre "bevande-benessere " per rimanere semplicemente e naturalmente in salute! Una piccola guida che non solo ti insegnerà tutti i benefici derivanti da alcune piante, ma utile anche per se stessi e per guarire se stessi, naturalmente . . . Tisane, ma anche le erbe con proprietà uniche da scoprire!

Cosa si trova in queste " <i>Nature Passion</i> "?

- I nostri consigli per preparare le vostre tisane

- Più di 90 ricette di tisane a seconda del tipo di malattia che volete curare
- Più di 130 fotos

Infusi e tisane
Spl-Umi
Echinacea, rosa canina e propoli
Allattare naturalmente
Molte persone riescono a perdere peso anche senza sacrifici alimentari e senza compiere sforzi particolari: l'importante è far scattare un cambiamento che smuova le energie interiori rimaste
Tisane e infusi
<i>Quali sono le caratteristiche dei principali preparati erboristici? In che modo possiamo individuare rapidamente il prodotto adatto alle diverse esigenze e compiere una scelta consapevole? Come possiamo acquistare in erboristeria ciò di cui abbiamo davvero bisogno o imparare ad autoprodurci i preparati più efficaci? In questo manuale unico nel suo genere gli autori descrivono la preparazione, le proprietà e l'utilizzo di gemmoderivati, tinteure madri, fiori di Bach e altri rimedi floreali, oli essenziali, idrolati, tisane, creme, pomate, oli per il corpo, profumi, prodotti per gli animali e altro ancora. Per ogni preparazione sono suggerite le dosi e le tecniche di manipolazione, con l'indicazione precisa dei giorni e degli orari in cui è meglio raccogliere le erbe da utilizzare per conservarne intatte le proprietà e l'azione. La passione e la competenza dei due autori rendono questo volume una lettura tanto piacevole quanto utile, sia per gli appassionati che per i semplici curiosi. Questo libro spiega tutto ciò che serve per usare le erbe nella pratica magica, dal modo per incantarle al momento della raccolta e dell'uso in un rituale al modo in cui seminarle, raccoglierle e conservarle per esaltarle al massimo i loro naturali poteri magici. Sono inoltre date dettagliate istruzioni relative al timing astrologico da seguire per ciascuno di questi momenti. L'opera contiene anche una serie di schede relative alle singole piante, ciascuna delle quali suddivisa in una serie di sezioni: descrizione, pianeta o pianeti che governano la pianta, genere maschile o femminile della pianta, divinità ad essa associate, tradizioni e miti, erboristeria e fitoterapia, usi magici, momenti migliori per seminarla, raccoglierla e usarla. Nell'ultima parte sono presentati anche vari tipi di riti e incantesimi che fanno uso di erbe e piante, nonché le Stelle Fisse che governano ciascuna pianta. Si parla anche del loro uso alchemico, cioè come aiuto per il compimento della Grande Opera."</i>
Con <i>La dieta italiana dei gruppi sanguigni</i> moltissimi lettori hanno sperimentato una strategia alimentare che non solo ha fatto perdere loro i chili in eccesso, ma li ha resi anche più attivi, tonici e lucidi. Consultando le tabelle dei cibi ideali, tollerati e sfavorevoli per il proprio gruppo sanguigno e imparando ad ascoltare il proprio corpo è facile individuare cosa mangiare per guadagnare forma e salute. Arriva ora, a grande richiesta, il ricettario: oltre 120 piatti semplici e appetitosi (preparazioni base con il pane, primi, secondi e piatti unici, dessert, spuntini, colazioni e tisane) con le indicazioni per i vari gruppi ma anche per i vegetariani, i vegani e i celiaci in modo da rendere pratica l'organizzazione familiare. Capirete a colpo d'occhio se una ricetta è adatta al vostro gruppo oppure con quale piccola variante potrete accordarla alle vostre esigenze e ai vostri gusti. Scoprirete inoltre le proprietà degli ingredienti per potenziare il vostro sistema immunitario, ricaricare le energie ed eliminare disturbi digestivi, ritenzione idrica, pazzantezza. Troverete anche comodi e accattivanti menu settimanali con cui cominciare da subito ad associare i piatti giusti e a godere di tutta la multisensorialità del cibo, ovvero di colori, sapori, consistenze e presentazioni che aumentano il piacere di stare a tavola.
<i>Come avere tanto latte e tanta energia con l'aiuto di erbe e superfood</i>
<i>Tisane per il corpo e l'anima. Agenda 2016</i>
<i>L'arte del successo</i>
<i>Dieta Detox Per Tutti</i>
<i>In forma per sempre con il metodo Intensive 21</i>
<i>Impianti decotti e diverse miscele per il tuo beneficio</i>
Curarsi in modo naturale: con quanto ci offre la natura si pu? e questo libro Vi spiega come
Dizionario classico di medicina interna ed esterna
Elimina La Cellulite
Le piante da bere
Detox 30. Depura il tuo corpo e inizia a dimagrire senza grandi sacrifici allenandoti comodamente a casa. Con Video
Le tisane super dimagranti
Erboristeria planetaria. Proprietà curative e simbologia delle piante