

Heilsame Tees

aus Pilzen, Kräutern und Wurzeln

TEE – DER HEILER AUS DER TASSE

Tees aus Heilpilzen und Heilpflanzen unserer unmittelbaren Umgebung sind ein wahrer Schatz für unsere Gesundheit: bekömmlich, leicht herzustellen und oft von unglaublicher Heilkraft.

Die Autorin beschreibt in prägnanten Steckbriefen die einzelnen Pilze, Kräuter und Wurzeln und baut das Buch nach Krankheiten bzw. Beschwerden auf. Auf Zubereitung, Dauer der Einnahme, Anwendungsbeschränkungen und Nebenwirkungen wird genauestens eingegangen.

SANDRA REICHÖR, BEd und Dipl. TEM-Praktikerin unterrichtet Biologie und Umweltkunde, Ernährung und Haushalt sowie Englisch. In ihrer Heimat, im unteren Mühlviertel in Oberösterreich, erkundet sie gerne die Wunder der Natur und liebt es zudem, die Schätze aus Wald und Wiese zu verarbeiten.

Fasziniert von der Traditionellen Europäischen Medizin, der Phytotherapie und den naturheilkundlichen Methoden leitet sie Kurse und Workshops. Sie hält Vorträge, führt Kräuterwanderungen und gibt ihr Wissen und ihre Erfahrungen auf ihrem Blog www.naturlichgesund.at weiter.

KONTAKT ZUR AUTORIN:

E-Mail: sandy.hannes@gmx.at

Web: www.naturlichgesund.at



Sandra Reichör

Heilsame Tees
aus Pilzen, Kräutern und Wurzeln

Format: 17 x 22 cm
Flexocover, 192 Seiten,
Fadenheftung,
durchgehend vierfärbig,
viele Fotos
ISBN: 978-3-99025-359-5
Preis: € 19,90

PRESSEKONTAKT & MATERIALBESTELLUNG

Freya Verlag GmbH, presse@freya.at, +43 732 781108-0

Wir bitten herzlich um Erwähnung des Titels und freuen uns sehr, wenn Sie ein Belegexemplar anfordern.

Abdruck honorarfrei bei Nennung des Verlags.