

CAILLEACH BHÉARA



SYNERGIE

*Soutien physique des douleurs articulaires
équilibre / sagesse / chaleur / réconfort*

Message symbolique

Reine des prés : fluidité et allègement des douleurs physiques et émotionnelles

Curcuma : active le feu intérieur et la force de transformation

Cannelle : stimule la motivation, réchauffe le cœur et les projets

Ortie : force primitive, enracinement, protection

Bouleau : purification et nouveau départ

Orange : joie, créativité, rayonnement

Poivre : stimule, perce les stagnations, représente la clarté, l'élan, la décision

Préparation : chauffer de l'eau et ajouter 1 boule à thé par 250ml d'eau. Infuser 7-10min et déguster en conscience.

1-2 tasses/jours max cure de 2-3 semaines et pause d'1 semaine si usage prolongé.



CONSOMMATION SÛRE DE CERTAINES PLANTES MÉDICINALES

1. *Reine des prés* : déconseillée en cas d'allergie à l'aspirine ou aux salicylés et trouble de la coagulation
2. *Curcuma* : à éviter en cas de calculs biliaires ou obstruction des voies biliaires

Conseils généraux

Toujours commencer par de petites doses pour observer la tolérance

Si vous prenez des médicaments ou souffrez d'une pathologie, demandez l'avis de votre médecin ou pharmacien avant d'introduire des infusions régulières
De préférence ne pas consommer si vous êtes enceinte ou si vous allaitez

Conserver les plantes dans un endroit sec et à l'abri de la lumière

Bonne dégustation!