

# Hilf dir selbst - Ein Leitfaden zur Anwendung bewährter Hausmittel.

Das Buch will helfen, kleinere Störungen der Gesundheit mit bewährten Hausmitteln zu kurieren und grössere Gesundheitsprobleme mit Hinweisen auf eine gesunde Lebensweise zu verhindern. Von Generation zu Generation weitergegebenes Wissen soll nicht in Vergessenheit geraten, denn die Autorin ist überzeugt, dass die Kenntnisse und Methoden unserer Mütter und Grossmütter auch in der modernen Welt noch durchaus sinnvoll sind.



17  
REGION



**Jeannette Bucheli**, 1962, ausgebildete Pflegefachfrau, Mutter von 3 Kindern, wohnt seit ihrer Geburt im Appenzellerland. Aufgewachsen in einer Naturarztfamilie, war ihr die Selbsthilfe immer ein grosses Anliegen. Sie arbeitet als Naturheilpraktikerin mit eigener Praxis und begleitet Personen in der Persönlichkeitsentwicklung als Intuitions- und Mentalcoach.



Bucheli, Jeannette: **Hilf dir selbst**  
15 × 22,2 cm, geb., 264 Seiten  
Fr. 42.-/€ 36.50  
**ISBN: 978-3-85882-687-9**  
**Erscheint am 24. Januar 2014**

**Die Autorin steht für Vorträge zur Verfügung:**  
[www.b-care-praxis.ch](http://www.b-care-praxis.ch)

 **eBook**