

Tisane Fibromyalgie

Tisane paysanne pour nettoyer

Composition :

Feuilles de fraises des bois 50g.

Feuilles de ronces 50g.

Feuilles de cassis 50g

Baies de sorbier 50g

Fleurs d'églaïtier 50g

Préparation :

Mélanger les plantes, 1 c.a.s par tasse.

Verser l'eau bouillante, infuser 15 min.

Boire chaud dans la journée au lieu d'un thé ordinaire.

Elle contribue au bon fonctionnement de l'estomac et du foie, enraye l'état inflammatoire des intestins, mauvaise circulation du sang, fibromyalgie, hypertension, ou varices.

Les feuilles de cassis, feuilles de fraisier, fruits du sorbier nettoie le sang et le système sanguin.

Le sang sain circulera plus gaiement même au cerveau, grâce à quoi s'améliorera la concentration, la mémoire, la fatigue s'en ira et la gaieté reviendra.