

Coffret Découverte Hildegarde

A offrir ou pour se faire plaisir...



LES INDISPENSABLES POUR LES DÉBUTANTS

Collection : **Coffret Découverte
Hildegarde**

Auteur : **Mélody Molins**

Format : **20x20 cm**

ISBN : **978-2-9551554-3-1**

Prix : **29,90€**

1ère édition : **3 000 exemplaires**

DISPONIBLE EN LIBRAIRIE LE

10 septembre 2020

Conçu et fabriqué en Bretagne
100% recyclable

L'essentiel de la méthode d'Hildegarde dans un coffret découverte inédit !

A offrir ou à s'offrir, c'est le cadeau idéal qui fera plaisir à coup sûr !
Faites découvrir la méthode d'Hildegarde à vos proches grâce à ce joli coffret et son cadeau unique à l'intérieur.

Mélody Molins nous y dévoile les indispensables de la méthode ancestrale du bien-être selon Hildegarde de Bingen.

UN ART DE VIVRE ANCESTRAL À PORTÉE DE MAIN

A l'heure où nous aspirons à un retour à l'essentiel et à des moyens plus naturels pour s'alimenter et être en bonne santé, la méthode d'Hildegarde de Bingen séduit pour ses nombreux bienfaits sur le corps et l'esprit.

Aussi riche que bénéfique, cette approche est à découvrir sans plus attendre dans ce coffret qui est une invitation à prendre soin de soi ! Ludique et pratique, il est destiné à toute personne souhaitant découvrir la méthode d'Hildegarde de Bingen dans son ensemble pour l'intégrer au quotidien. Ce coffret, au design épuré, contient un carnet reprenant tous les conseils essentiels de la méthode pour débiter en douceur ainsi qu'un cadeau exclusif, une pierre naturelle de cristal de roche. Conseils bien-être, forme et santé, pierre précieuse, le contenu de ce coffret est une vraie source d'inspiration et une cure d'optimisme au service de la santé !

Le carnet "Les Indispensables" est un condensé de l'ouvrage à succès "Hildegarde pour les débutants". Facile à lire avec des paragraphes sous forme de questions/réponses, il permet de retrouver l'essentiel de la méthode et ses petits + afin de démarrer aisément. Tous les fondamentaux de l'approche d'Hildegarde de Bingen et des contenus inédits sont à découvrir dans ce véritable outil pédagogique.

Coffret Découverte Hildegarde

A offrir ou pour se faire plaisir...

UN JOLI COFFRET, RICHE EN SECRETS BIEN-ÊTRE ANCESTRAUX QU'IL NOUS TARDE D'APPLIQUER AU QUOTIDIEN POUR (RE) PRENDRE NOTRE SANTÉ EN MAIN.

L'auteure : Mélody Molins
naturopathe Heilpraktikerin

Mélody Molins, fondatrice de l'Institut Hildegardien, 1er centre francophone, conférencière et auteure, partage ses connaissances sur cette approche bien-être et livre tous les secrets de ce savoir unique du "bien vivre" dans sa collection "Hildegarde pour tous". Les deux premiers ouvrages "Hildegarde pour les débutants" et "Hildegarde dans ma cuisine" rencontrent un franc succès.

SERVICE PRESSE : MEDIAPILOTE
Contact : **Méline THAS**
m.thas@mediapilote.com
02 40 11 18 05



En cadeau,
une pointe de
cristal de
roche !

Appartenant à la famille des quartz, elle apporte bien-être et détente.

Pierre reine dans l'approche santé d'Hildegarde de Bingen, ses vertus apaisantes en cas de stress ou de sensation oppressante agissent rapidement.

Pureté et couleur cristalline, elle est choisie avec soin. Les conseils d'utilisation du cristal de roche sont dévoilés à l'intérieur du coffret pour profiter pleinement de ses bienfaits.

L'essentiel de la méthode d'Hildegarde dans un coffret découverte inédit !

Remise à l'honneur par le Dr Hertzka et le Dr Strehlow au XXe siècle, l'oeuvre d'Hildegarde de Bingen offre une approche holistique et préventive de la santé qui séduit aussi bien les professionnels que les amateurs, en France et à l'étranger.

La méthode s'appuie sur des préceptes nutritionnels où les aliments et les plantes sont présentés pour leurs vertus. Les conseils et recommandations s'étendent aussi bien aux avantages du jeûne qu'à ceux des pierres précieuses ou encore de la méditation.

A propos d'Hildegarde de Bingen

Première naturopathe de l'histoire, cette abbesse allemande du XII^e siècle a mis au point des principes de santé, de bien-être et d'épanouissement personnel permettant de (re) trouver un mode de vie plus sain et équilibré, tant pour le corps que l'esprit. Les préceptes de santé de cette femme visionnaire se confirment encore de nos jours.