

## Buchinformation

Ursula Gerhold

### **Balsam aus der Natur**

### **Ganzheitliche Pflege für Körper und Seele**

### **Neue Reihe: Körper, Geist & Seele**

168 Seiten, 17 x 23 cm

ca. 200 Farbfotos, durchgehend vierfarbig

Softcover mit französischer Broschur

h.f.ullmann publishing

EUR 16,95

**h.f.ullmann**



## **Natürliche Pflege für Körper und Seele**

In dem Wohlfühl-Buch „Balsam aus der Natur“ führt die Apothekerin und Naturkosmetikexpertin Ursula Gerhold in die vitalisierende Herstellung ganzheitlicher Körperpflege ein. Viel Wissenswertes rund um die besonderen Wirkungen von Heilpflanzen und Kräutern samt Kurzporträts, pures Wohlgefühl spendende Rezepturen und vielfältige Anwendungsmöglichkeiten erwarten naturverbundene Leser auf der Suche nach ganzheitlicher und feiner Pflege für alle Sinne.

Natürlich verträglich, exakt abgestimmt auf die eigenen Bedürfnisse und von verlässlich hoher Qualität aufgrund der eigenen Herstellung - das sind nur einige der vielen Vorzüge von selbstgemachter Körperpflege aus duftenden Blüten, ätherischen Kräutern und natürlichen Wachsen, weiß Ursula Gerhold. Nicht nur Allergiker und Menschen mit sehr empfindlicher Haut schätzen die Pflegemittel aus der Natur. Seit über 35 Jahren beschäftigt sich die Heilkundexpertin mit Naturkosmetika sowie deren Herstellung und optimaler Anwendung. Ihre Erfahrungen und Geheimnisse macht sie in „Balsam aus der Natur - Ganzheitliche Pflege für Körper und Seele“ jedem zugänglich.

Mit viel Freude teilt die Expertin ihr jahrzehntelang gesammeltes Wissen rund um geeignete Pflanzen, Extrakte und Öle, die besten Erntezeiten und das richtige Handwerk. Zahlreiche Tipps und Tricks sowie Kurzporträts der wichtigsten Pflanzen und weiteren Zutaten runden das Buch ab. Wer die Seele baumeln lassen möchte, lässt sich von dem Rose-Johannisbeere-Duschshampoo, dem Energiebalance-Massageöl Shambhala oder der Apfelblütenmilch verführen. Auch feinste Wässerchen für Haar und Gesicht, Badezusätze, Pflegebalsame, Cremes und Emulsionen erwarten die Leser.

**Ursula Gerhold** wurde 1958 in Graz geboren. Sie wuchs in einem großen Selbstversorger-Haushalt mit eigenem Obst, Gemüse, Wein und Hühnerstall auf. Ihr Pharmaziestudium mit den Schwerpunkten Pharmakologie und Botanik schloss sie 1983 ab. Seitdem bildet sich die Apothekerin laufend zu den Themen Homöopathie, Blütenessenzen, Aromatherapie, orthomolekulare Nährstoffe, Spagyrik, Mineralstoff- und Pflanzenheilkunde sowie Bodenleben und Darmgesundheit weiter. Seit 2008 leitet sie die Lebenswerkstätten Stainz, eine Gemeinschaft für sinnvolle Lebensgestaltung, Frieden und Entwicklung. Ursula Gerhold ist verheiratet, hat fünf erwachsene Kinder, derzeit sechs Enkelkinder und lebt in Stainz in der Südweststeiermark.

### **Bitte senden Sie nach erfolgter Rezension einen Beleg an:**

h.f.ullmann publishing GmbH

Steffi Brune

Birkenstr. 10

D - 14469 Potsdam

Tel. : +49 (0) 331 23 624-149

Fax : +49 (0) 331 23 624-200

Mail: [presse@ullmannmedien.com](mailto:presse@ullmannmedien.com)

Internet: [www.ullmannmedien.com](http://www.ullmannmedien.com)