

La verveine



☞ La verveine possède des propriétés sédatives et relaxantes : elle agit directement sur le système nerveux central pour vous apaiser.

Parfait en cas de stress, d'anxiété ou de déprime passagère. Vous pouvez aussi employer la verveine pour trouver plus facilement le sommeil.



Mise en terre du Kumquat (petit agrume ovale qui vient de Chine) : Il est riche en vitamine C et peut être mangé entièrement, avec sa peau.

