



## **Je ne sais pas utiliser les huiles essentielles: Découvrir l'aromathérapie : LE guide pour se soigner facilement et sans risque**

*Danièle Festy*

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

**Je ne sais pas utiliser les huiles essentielles: Découvrir l'aromathérapie : LE  
guide pour se soigner facilement et sans risque** Danièle Festy

 [Download Je ne sais pas utiliser les huiles essentielles: Décou ...pdf](#)

 [Read Online Je ne sais pas utiliser les huiles essentielles: Déc ...pdf](#)

# **Je ne sais pas utiliser les huiles essentielles: Découvrir l'aromathérapie : LE guide pour se soigner facilement et sans risque**

*Danièle Festy*

**Je ne sais pas utiliser les huiles essentielles: Découvrir l'aromathérapie : LE guide pour se soigner facilement et sans risque** Danièle Festy

## Téléchargez et lisez en ligne Je ne sais pas utiliser les huiles essentielles: Découvrir l'aromathérapie : LE guide pour se soigner facilement et sans risque Danièle Festy

---

Format: Ebook Kindle

Présentation de l'éditeur

Lavande, citron, ravintsara, ylang-ylang... les huiles essentielles ont d'immenses pouvoirs pour soigner les maux quotidiens. Mais il est parfois intimidant de s'y mettre... Laquelle acheter en premier ? Comment la choisir ? la conserver ? Qu'est-ce que j'en fais ? Ce livre s'adresse aux nouveaux adeptes, à tous ceux qui veulent découvrir l'aromathérapie.

Grâce à ce guide, vous allez enfin pouvoir utiliser les huiles essentielles en toute sérénité. Suivez nos conseils pas à pas :

**1re étape :** lisez attentivement toute la première partie sous forme de questions/réponses.**2e étape :** suivez nos conseils pour l'achat de votre premier flacon (où acheter et comment choisir, etc. ) **.3e étape :** une fois chez vous, avec votre flacon, allez directement à la partie qui vous intéresse. Une simple douche aux huiles essentielles ? C'est ici, page 133 ! Soigner des boutons d'acné ? C'est là, page 181 ! Apprendre à gérer ses émotions, page 163. Douleurs, rhume, vergetures, gingivite, mycoses... plus de 300 solutions santé aroma et 10 usages bien-être et beauté au quotidien pour toute la famille vous sont proposés dans ce livre.

Pas de formule complexe à faire préparer en pharmacie, juste des conseils très simples pour démarrer et tester le pouvoir extraordinaire des huiles essentielles. C'est LE guide idéal pour démarrer ! Extrait INTRODUCTION : 3 ÉTAPES POUR VOUS LANCER !

Vous voulez vous «mettre aux huiles essentielles» mais vous ne savez pas comment, ni par quoi commencer. Vous ignorez même peut-être où acheter votre premier flacon, comment le choisir, comment être sûr de sa qualité. Vous pensez pouvoir en parfumer la maison, mais en dehors de cet usage, vous ne voyez pas trop comment utiliser votre huile essentielle. Ou encore, vous avez lu tout et son contraire sur l'aromathérapie, et vous aimeriez bien l'essayer pour soigner quelques petits maux quotidiens, mais vous n'osez pas, vous avez peur de «mal faire». Ce livre est conçu pour vous.

Vous allez vous initier à l'incroyable univers des huiles essentielles et découvrir tout ce qu'elles peuvent faire pour vous : vous détendre, vous soigner, lever immédiatement une douleur ou une nausée, purifier votre maison, vous débarrasser de petits problèmes esthétiques qui vous gâchent la vie. Mais aussi vous aider à travailler en profondeur sur votre bien-être, par exemple en domptant petit à petit vos émotions.

3 étapes pour vous lancer !

Dans quelques heures, vous allez enfin pouvoir utiliser les huiles essentielles. Pour le faire en toute sérénité, suivez nos conseils pas à pas !

1re étape : lisez attentivement toute la première partie de ce guide sous forme de questions/réponses.

2e étape : suivez pas à pas nos conseils pour l'achat de votre flacon (comment choisir, etc.).

3e étape : une fois chez vous, avec votre flacon, allez directement à la partie qui vous intéresse. Une simple douche aux huiles essentielles ? C'est ici, p. 133 ! Soigner des boutons d'acné ? C'est là, p. 181 ! Apprendre à gérer ses émotions pour les tenir à distance, c'est ici, p. 157. Plus de 300 solutions santé et 10 usages bien-être et beauté au quotidien vous sont proposés dans ce livre. Présentation de l'éditeur

Lavande, citron, ravintsara, ylang-ylang... les huiles essentielles ont d'immenses pouvoirs pour soigner les maux quotidiens. Mais il est parfois intimidant de s'y mettre... Laquelle acheter en premier ? Comment la choisir ? la conserver ? Qu'est-ce que j'en fais ? Ce livre s'adresse aux nouveaux adeptes, à tous ceux qui veulent découvrir l'aromathérapie.

Grâce à ce guide, vous allez enfin pouvoir utiliser les huiles essentielles en toute sérénité. Suivez nos conseils pas à pas :

**1re étape :** lisez attentivement toute la première partie sous forme de questions/réponses.**2e étape :** suivez

nos conseils pour l'achat de votre premier flacon (où acheter et comment choisir, etc. ) .**3e étape** : une fois chez vous, avec votre flacon, allez directement à la partie qui vous intéresse. Une simple douche aux huiles essentielles ? C'est ici, page 133 ! Soigner des boutons d'acné ? C'est là, page 181 ! Apprendre à gérer ses émotions, page 163. Douleurs, rhume, vergetures, gingivite, mycoses... plus de 300 solutions santé aroma et 10 usages bien-être et beauté au quotidien pour toute la famille vous sont proposés dans ce livre.

Pas de formule complexe à faire préparer en pharmacie, juste des conseils très simples pour démarrer et tester le pouvoir extraordinaire des huiles essentielles. C'est LE guide idéal pour démarrer !

Download and Read Online Je ne sais pas utiliser les huiles essentielles: Découvrir l'aromathérapie : LE guide pour se soigner facilement et sans risque Danièle Festy #O2QA45SCWLG

