



Mes huiles essentielles antistress: insomnie, dépression, trac...

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Téléchargez et lisez en ligne Mes huiles essentielles antistress: insomnie, dépression, trac... Danièle Festy

320 pages

Présentation de l'éditeur

LES HUILES ESSENTIELLES SOIGNENT LE CORPS, ON LE SAIT, MAIS SAVIEZ-VOUS QU'ELLES ÉTAIENT AUSSI UN REMÈDE EFFICACE POUR L'ESPRIT ? ANGOISSE, INSOMNIE, IRRITABILITÉ, ASTHME NERVEUX, BURN OUT... LE POUVOIR DE L'AROMATHÉRAPIE N'A PAS FINI DE VOUS SURPRENDRE.

Dans ce guide, découvrez :

- Les 23 huiles essentielles infirmières de l'âme : marjolaine, bois de rose, basilic exotique, bergamote... à chacune sa spécialité.
- Comment les utiliser : diffusion, application sur la peau, bain... des posologies précises pour se sentir mieux tout de suite.
- Les solutions aroma pour tous les problèmes psy du quotidien : anxiété, épuisement nerveux, troubles de l'appétit, baisse de la libido, arrêter de fumer sans stresser...
- Des tutoriels : 13 pas-à-pas massages bien-être, bain no stress, diffusions super-performance...
- Bébé, enfants, ados, adultes, femmes enceintes : comment aider chacun efficacement et sans risque

Biographie de l'auteur

DANIÈLE FESTY a longtemps été pharmacien d'officine.

Passionnée par les huiles essentielles, elle est notamment l'auteur de *Ma bible des huiles essentielles*, *Se soigner avec les huiles essentielles pendant la grossesse* ou encore *Les huiles essentielles, ça marche !*

Retrouvez-la sur son blog : www.danielefesty.com et sur sa page Facebook « Huiles essentielles par Danièle Festy ».

Download and Read Online Mes huiles essentielles antistress: insomnie, dépression, trac... Danièle Festy #WR52NBPGUZJ

Lire Mes huiles essentielles antistress: insomnie, dépression, trac... par Danièle Festy pour ebook en ligne Mes huiles essentielles antistress: insomnie, dépression, trac... par Danièle Festy Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Mes huiles essentielles antistress: insomnie, dépression, trac... par Danièle Festy à lire en ligne. Online Mes huiles essentielles antistress: insomnie, dépression, trac... par Danièle Festy ebook Téléchargement PDF Mes huiles essentielles antistress: insomnie, dépression, trac... par Danièle Festy Doc Mes huiles essentielles antistress: insomnie, dépression, trac... par Danièle Festy Mobipocket Mes huiles essentielles antistress: insomnie, dépression, trac... par Danièle Festy Epub

WR52NBPGUZJWR52NBPGUZJWR52NBPGUZJ