

## Sortie du dernier livre de Jean-Charles Sommerard

### Vivre une relation apaisée avec ses émotions, c'est la clé de l'équilibre !

Qui ne s'est jamais laissé déborder par ses émotions ? par le stress ?

Les huiles essentielles ont des vertus naturelles pour apaiser : par olfaction ou diffusion, en bain ou en massage, ou dans la composition de recettes gourmandes.

Avec ses conseils et astuces, Jean-Charles Sommerard nous aide à trouver la voie de la relaxation et du lâcher-prise.

Un ouvrage essentiel pour accompagner ses émotions et calmer le stress, pour un bien-être 100 % naturel

*Utilisées depuis l'antiquité, les huiles essentielles sont de véritables trésors qui offrent des sensations aromatiques inédites.*



Une lecture ludique, simple et accessible pour tous ceux qui souhaitent découvrir astuces et recettes autour des huiles essentielles

Un ouvrage de la nouvelle collection  
« MES ESSENTIELLES »  
par Jean-Charles Sommerard



JEAN-CHARLES SOMMERARD  
Fondateur de la Maison Sevensence

### L'AUTEUR : JEAN-CHARLES SOMMERARD

Jean-Charles Sommerard est né dans une famille de producteurs de plantes médicinales et d'huiles essentielles. Fondateur, avec son père Michel Sommerard, de la célèbre maison Florame à St Rémy de Provence, il est aujourd'hui aromatologue, fondateur de la maison de parfum Sevensence dont il est le maître éco-parfumeur. Jean-Charles incarne la nouvelle génération des "Enfants de la Bio". C'est un compositeur de bien-être, un créateur qui dédie sa vie aux mondes des senteurs.

# « MES ESSENTIELLES par Jean-Charles SOMMERARD »

## Une collection unique autour du bien-être et de l'art de vivre



**JEAN-CHARLES SOMMERARD EST L'AUTEUR DE NOMBREUX OUVRAGES DESTINÉS AU GRAND PUBLIC, SUR LES THÈMES DE L'AROMATHÉRAPIE, DES HUILES ESSENTIELLES ET DE LA PARFUMERIE**

*« Avec cette collection d'ouvrages sur les huiles essentielles, je souhaite transmettre ma passion pour le bien-être. Je vous propose d'entrer dans l'intimité des arômes généreux, riches en vertus et en sensations. Mon but : donner accès à l'aromathérapie avec une approche différente en la présentant comme un véritable art de vivre ! C'est ma promesse d'aromatologue, de parfumeur et de cuisinier. »*

**3 qualificatifs suffisent pour définir cette collection :**

**UNE AROMATHÉRAPIE SIMPLE, EFFICACE ET PRATIQUE**

Un usage bien-être et santé des huiles essentielles, des eaux florales et des hydrolats aromatiques, au quotidien. Les thèmes abordés par chaque ouvrage concernent le corps, l'esprit, l'alimentation et le cadre de vie. **Une collection pour vous accompagner sur le chemin de la santé et du bien-être de manière parfaitement naturelle.**

### **En collaboration avec des experts**

Pour cette collection, Jean-Charles SOMMERARD s'est entouré de Michel FAUCON (pharmacien aromatologue) et de Ronald MARY (auteur spécialisé dans l'approche naturelle de la santé et du bien-être). Il invite aussi régulièrement des spécialistes reconnus : Daniel KIEFFER (chef de file de naturopathie en France), Roland SALESSE (chercheur en neurobiologie olfactive, chargé de mission à la culture scientifique à l'INRA), Dominique MAUGE (Directeur des cuisines du site « Alliance Thalasso Pornic »), Mathias GIROUD (Chef barman Buddha-Bar monde), Laurent BIDARI (Coach Sportif) ...

Éditions SOLAR 2016 - PRIX PUBLIC TTC : 11,99 €

14,3 x 19 cm / 128 pages  
ISBN : 978-2-263-14889-7

Disponible en librairie, sur internet, et sur  
[www.mesessentielles.com](http://www.mesessentielles.com)



### **CONTACT PRESSE SEVESSENCE : KER'ANATOMY**

Marie-Joëlle Thomas : +33 (0)6 20 50 25 74 - MJRelationspresse@orange.fr

Corine Le Roux : +33 (0)7 87 06 71 61 - clr@keranatomy.com

MAISON  
**SEVESSENCE**  
PARIS