

Mes recettes anti-âge avec les huiles essentielles

Boostez votre capital jeunesse

Jean-Charles Sommerard



Format : 14,3 x 19 cm – 128 pages

Prix: 9,99 euros

Parution : le 04 mai 2017

Les 12 huiles essentielles pour préserver son capital jeunesse au naturel

Les huiles essentielles sont d'incroyables alliées naturelles au quotidien qui permettent de limiter les effets du temps sur le corps et l'esprit.

Cet ouvrage propose des recettes pour prendre soin de sa silhouette, de son organisme et de sa peau. On y trouve des conseils qui aident à aborder les caps et tournants de l'existence, ainsi que des programmes complets pour prendre soin de soi.

Tonifiantes, régénérantes, rééquilibrantes, antistress : les 12 essentielles du bien-être jour après jour.

Jean-Charles Sommerard est aromaturge passionné et fondateur de Sevessence. Il dirige la collection Mes essentielles en collaboration avec Michel Faucon (docteur en pharmacie et aromaturge) pour découvrir tous les bienfaits que peuvent apporter les huiles essentielles.