



Mes huiles essentielles anti-âge : vos meilleurs boucliers naturels pour rester en forme

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

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

Mes huiles essentielles anti-âge : vos meilleurs boucliers naturels pour rester en forme

Danièle Festy

Mes huiles essentielles anti-âge : vos meilleurs boucliers naturels pour rester en forme Danièle Festy

 [Télécharger Mes huiles essentielles anti-âge : vos meilleurs ...pdf](#)

 [Lire en ligne Mes huiles essentielles anti-âge : vos meilleur ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne Mes huiles essentielles anti-âge : vos meilleurs boucliers naturels pour rester en forme Danièle Festy

320 pages

Présentation de l'éditeur

Premières rides, fatigue, ménopause, prise de poids, vieillissement soudain de la peau. Le passage des années a de nombreuses conséquences sur notre état général et il n'est pas toujours facile d'accepter ce corps qui change et que l'on ne reconnaît plus. Heureusement, les huiles essentielles sont là pour nous aider à passer ces différentes étapes, en limitant les effets du temps et en atténuant certains symptômes parfois très gênants. Dans ce livre, on découvrira :

1. Des conseils simples à appliquer au quotidien : aliments à privilégier (saumon, graines de lin, thé vert.), astuces beauté pour conserver éclat et jeunesse, suggestions d'activité physique de quoi aider le corps à se rééquilibrer et se sentir en forme.
2. Armoise, sauge, mélisse. Les meilleures plantes et huiles essentielles pour protéger os, peau, coeur, à chacune ses spécialités !
3. Bouffées de chaleur, fatigue, tristesse, rides, l'abécédaire complet des maux les plus courants et toutes les solutions pour les traiter naturellement,
4. Des automassages (dessins avec points précis à stimuler) pour soulager vite et bien douleurs et petits maux !

! Biographie de l'auteur

Danièle Festy a été pharmacien d'officine. Passionnée par l'alimentation, spécialiste des huiles essentielles, habituée depuis des années aux probiotiques et compléments alimentaires qui améliorent vraiment la qualité de vie, elle a dirigé pendant plus de quarante ans son officine. Elle consacre désormais une partie de son temps à proposer des conférences et des formations aroma partout en France et en Belgique (à Bruxelles), à rencontrer ses lecteurs, et l'autre à rédiger des ouvrages pratiques de santé pour le grand public. Elle vous accompagne jour après jour, pour apaiser les petites et grandes douleurs, soigner les maux du quotidien de toute la famille. Dans ses livres, elle suit une seule logique et un seul but : soigner, aider, améliorer la qualité de vie. Ses livres n'ont pas d'équivalent. Ils vous accompagnent au quotidien, vous aident à préserver naturellement vos proches, vos enfants, vous-même, et à retrouver ce bien si précieux qu'est la santé. «La santé est un équilibre. Mes ouvrages parus aux éditions Leducs sont des recueils de conseils pour vous aider à le retrouver. Tout d'abord, en essayant de mieux comprendre vos troubles, pour mieux les prévenir, et bien sûr les traiter. Ensuite, mon expérience m'a enseigné que dans près de 80 % des cas, c'est-à-dire les maux de tous les jours, il était possible d'aller mieux, voire bien, en ajustant son assiette, en améliorant son hygiène de vie, en utilisant une plante ou une formule simple à base d'huiles essentielles adaptées et/ou en employant un probiotique ciblé. Le double objectif : un maximum d'efficacité et de tolérance. Un mal de tête, un rhume, une indigestion : rien de plus banal, mais ces petits maux nous empoisonnent la vie. Nous devrions tous apprendre à les traiter efficacement et naturellement».

Download and Read Online Mes huiles essentielles anti-âge : vos meilleurs boucliers naturels pour rester en forme Danièle Festy #Q6H0SN4O1VP

Lire Mes huiles essentielles anti-âge : vos meilleurs boucliers naturels pour rester en forme par Danièle Festy pour ebook en ligne Mes huiles essentielles anti-âge : vos meilleurs boucliers naturels pour rester en forme par Danièle Festy Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, 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 anti-âge : vos meilleurs boucliers naturels pour rester en forme par Danièle Festy à lire en ligne. Online Mes huiles essentielles anti-âge : vos meilleurs boucliers naturels pour rester en forme par Danièle Festy ebook Téléchargement PDF Mes huiles essentielles anti-âge : vos meilleurs boucliers naturels pour rester en forme par Danièle Festy Doc Mes huiles essentielles anti-âge : vos meilleurs boucliers naturels pour rester en forme par Danièle Festy Mobipocket Mes huiles essentielles anti-âge : vos meilleurs boucliers naturels pour rester en forme par Danièle Festy EPub

Q6H0SN4O1VPQ6H0SN4O1VPQ6H0SN4O1VP