

L'essentiel des huiles essentielles



Santé, cuisine, beauté ou bien-être, les huiles essentielles n'ont pas leur pareil lorsqu'il s'agit de booster notre corps et notre esprit. Dans ses derniers ouvrages, Jean-Charles Sommerard, aromatologue, vous livre toutes ses combines pour utiliser au quotidien ces fées aromatiques. Fatigue, massage, coup de blues, vous ne pourrez plus vous passer de ces petits flacons magiques, qui vous accompagnent jusque derrière les fourneaux !

Collection Mes Essentielles, éditions Solar, 11,99 € le volume. En vente en librairie.