

Mon cahier huiles essentielles

Type de contenu : Texte Image fixe

Type de médiation : sans médiation

Titre(s) : Mon cahier huiles essentielles [Texte imprimé] / Françoise Couic-Marinier ; illustrations, Mademoiselle Ève...

Auteur(s) : Couic-Marinier, Françoise (1973-....)

Autre(s) responsabilité(s) : Mademoiselle Ève (1981-....) (Illustrateur)

Editeur, producteur : Paris : Solar éditions, DL 2016
(58-Clamecy; Impr. Laballery)

Description matérielle : 1 vol. (94 p.) : ill. ; 22 cm

Collection : Mon cahier

ISBN : 978-2-263-07239-0
978-2-263-15074-6

EAN : 9782263072390
9782263150746 réimpr. 2017

Appartient à la collection : Mon cahier (Paris) 2490-8088 2016

Autres classifications : 610

Classification décimale Dewey : 615.321 9 23

Résumé ou extrait : Par Françoise Couic-Marinier, l'auteur de *Se soigner avec les huiles essentielles*, un cahier aromathérapie pour déstresser, booster son bien-être et sa forme ! Le cahier pour se chouchouter ! On se concocte des petites recettes naturelles pour la santé et la forme, des cosmétiques home made, des soins bien-être ou minceur, et on déstresse avec de la diffusion... Toutes les formules cocooning DIY au quotidien en 20 huiles ! Au programme : 20 huiles essentielles must-have, pas plus, qui permettront de faire toutes les recettes du cahier, et des flashcodes pour voir certaines formules en version vidéo. Toutes les astuces pour soigner ses petites baisses de forme (fatigue, déprime), ses petits bobos (maux de ventre, de tête, petits rhumes, problèmes de peau) Des produits de beauté home made et naturels, pour sublimer ses cheveux, sa peau et ses ongles, avec des DIY de crème hydratante, antispots, gel douche et shampoing, lotion antipelliculaire, soin pour cheveux colorés... Les recettes minceur avec les huiles essentielles, pour éliminer la cellulite, drainer, se détoxifier, et même se concocter des coupe-faim ! Les méthodes pour déstresser et créer une atmosphère agréable, saine et apaisante avec l'aromathérapie en

diffusion dans la maison.

Sujet - Nom commun : Aromathérapie

Image de présentation : <https://bibliotheques-numeriques.defense.gouv.fr/koha/ecrans/huiles.gif>

Text alternatif image de présentation : huiles.gif