

Mes recettes anti-âge avec les Huiles Essentielles



Editeur:	Solar
Nombre de pages:	128
ISBN:	2263072802
Collection:	Mes Essentielles
Auteur:	Jean-Charles Sommerard
Date de parution:	04/05/2017
Catégorie:	Santé

[Mes recettes anti-âge avec les Huiles Essentielles.pdf](#)

[Mes recettes anti-âge avec les Huiles Essentielles.epub](#)

Mes recettes anti-âge avec les huiles essentielles vous propose conseils et recettes pour vous permettre de préserver tout au long de votre vie votre équilibre physique et mental, et ainsi limiter les effets du temps qui passe. Recettes et suggestions pour accompagner le corps : tous les conseils pour soigner votre hygiène de vie, garder une belle silhouette, digérer au mieux et soigner votre peau. Recettes et suggestions pour accompagner l'esprit : toutes les recettes pour bien vivre les tournants et les caps importants de l'existence. Des programmes complets pour entretenir votre capital jeunesse : à mettre en oeuvre sur une semaine ou un week-end, ainsi qu'un programme pour accompagner vos séances d'exercice physique. Les 12 HE pour rester jeune : une fiche technique par huile essentielle, qui résume les vertus spécifiques pour conserver forme et santé.