



## Mon cahier de recettes aux huiles essentielles

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

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

# Mon cahier de recettes aux huiles essentielles

*Sophie Lacoste*

Mon cahier de recettes aux huiles essentielles Sophie Lacoste

 [Télécharger Mon cahier de recettes aux huiles essentielles ...pdf](#)

 [Lire en ligne Mon cahier de recettes aux huiles essentielles ...pdf](#)

## Téléchargez et lisez en ligne Mon cahier de recettes aux huiles essentielles Sophie Lacoste

---

64 pages

Présentation de l'éditeur

Pour faire ses remèdes et soins de beauté aux huiles essentielles

Et si vous faisiez vous-même vos huiles de massage, vos formules pour le bain, vos mélanges à diffuser ?

Dans ce cahier, Sophie Lacoste vous propose des recettes à réaliser vous-même et vous invite à améliorer les mélanges selon vos goûts et vos besoins.

Vous toussiez, vous êtes de mauvais poil, vous vous endormez après les repas, vous êtes angoissé, vous avez la peau sèche, vous avez mal au dos, à la tête... ? Classées par ordre d'affections, pour répondre à un souci de santé ou de beauté, les recettes permettent aussi bien de soigner un début de rhume que de faire disparaître quelques petits boutons.

Il s'agit toutefois de recettes aux huiles essentielles : il faut donc respecter les dosages et faire preuve de prudence, car ces extraits végétaux sont de véritables concentrés de plantes, surpuissants, très efficaces, mais à employer avec discernement. Ce cahier vous permet de bénéficier de leurs propriétés sans prendre de risque et en vous amusant !

Pratique, un sommaire par affection et par huile essentielle vous aide à trouver facilement la recette la plus indiquée dans chaque cas, pour fabriquer une huile de beauté ou de massage, un mélange pour bain, une tisane, une inhalation ou un mélange à diffuser dans l'air ambiant.

Et quelques emplacements vous sont réservés pour que vous notiez vos propres formules. C'est un cahier et il ne faut pas hésiter à écrire dessus !

Download and Read Online Mon cahier de recettes aux huiles essentielles Sophie Lacoste #OET5AQ28MI1

Lire Mon cahier de recettes aux huiles essentielles par Sophie Lacoste pour ebook en ligne Mon cahier de recettes aux huiles essentielles par Sophie Lacoste 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 Mon cahier de recettes aux huiles essentielles par Sophie Lacoste à lire en ligne. Online Mon cahier de recettes aux huiles essentielles par Sophie Lacoste ebook Téléchargement PDF Mon cahier de recettes aux huiles essentielles par Sophie Lacoste Doc Mon cahier de recettes aux huiles essentielles par Sophie Lacoste Mobipocket Mon cahier de recettes aux huiles essentielles par Sophie Lacoste EPub

**OET5AQ28MI1OET5AQ28MI1OET5AQ28MI1**