



Date : 06/05/2021

Pages : 139

Format cm : 17 x 22

Prix : 13.5

EAN : 9782072908897

## Huiles essentielles à sentir et ressentir

70 huiles essentielles - 40 synergies en diffusion, olfaction ou vaporisation

---

Auteur: Anne-Laure Jaffrelo

Éditeur : Alternatives

Domaine : Livre pratique

Genres : Santé/bien-être/développement personnel

Mots-Clés : Assistante sociale

---

Apprenez à utiliser les huiles essentielles pour soigner votre esprit et votre corps.

L'odorat est le seul sens en lien direct avec notre cerveau : il active instantanément la zone responsable des émotions et de la mémoire. Les odeurs réactivent un souvenir, des émotions, et influent sur notre bien-être et notre comportement. La stimulation des voies olfactives par les huiles essentielles engendre un ensemble d'effets qui peuvent se manifester dans la physiologie, le comportement, les sentiments et les humeurs des personnes. Le but de cet ouvrage est de caractériser nos principaux besoins physiques et émotionnels ainsi que les meilleures synergies d'huiles essentielles pour y répondre.

---

Droits vendus: néerlandais