

En librairie le 20 février 2019

## BIEN-ÊTRE AVEC LES HUILES ESSENTIELLES

Brumisateur, diffuseur par nébulisation, ultra sons, chaleur douce, baignoire, bains de siège... il existe mille et une façons de diffuser des huiles essentielles.

De « Abcès » à « Zona » l'aromathérapie par diffusion permet de traiter naturellement bien des maux au quotidien, de l'anxiété à la fatigue en passant par les allergies, les troubles du sommeil...

## LE LIVRE

Karin Parramore remonte quelques millénaires en arrière, jusqu'aux origines de l'utilisation des plantes dans des usages rituels, religieux, sociaux ou médicaux.

Dans la droite ligne de cette pratique ancestrale, elle propose plus de 160 formules pour traiter aussi bien les troubles nerveux et émotionnels que les troubles respiratoires, cutanés ou génitaux. Pour aller plus loin, elle ajoute quelques astuces pour utiliser ces huiles dans assainissement de sa maison, de sa voiture ou de son lieu de travail.



## AROMATHÉRAPIE

### Avec mon diffuseur d'huiles essentielles

Karin Parramore

180 pages - 16 x 22 cm

Prix public 15,00 €

ISBN 978-2-84221-645-0

En librairie le 20 février 2019



## L'AUTRICE

Karin Parramore dirige aux États-Unis, le Good Life Medical Center, une clinique spécialisée dans les médecines alternatives.

Herboriste agréée, titulaire d'un master en médecine chinoise, Karine exerce en tant qu'aromathérapeute depuis 2002.