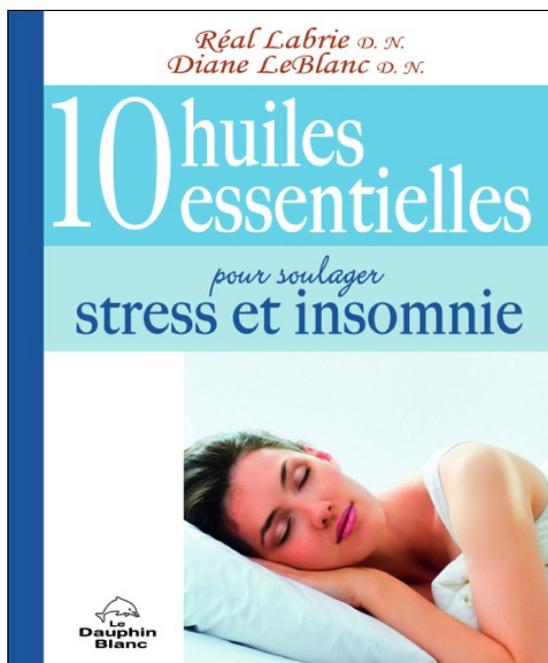


**UN GUIDE À PETIT PRIX, ÉCRIT PAR DES EXPERTS EN AROMATHÉRAPIE**

MEV : 16/02/2015

AROMATHÉRAPIE - PHYTOTHÉRAPIE - 021



Dauphin blanc

**10 HUILES ESSENTIELLES  
POUR SOULAGER STRESS ET INSOMNIE**

Réal Labrie & Diane LeBlanc



Souvent étroitement liés, le stress et l'insomnie s'avèrent des fléaux de notre monde moderne. Une grande proportion de la population en souffre ou en subit les conséquences. Bien que l'arsenal pharmaceutique propose des solutions, de plus en plus de gens recherchent des alternatives aux pilules et se tournent vers les médecines douces.

**L'aromathérapie offre une gamme d'huiles essentielles tout à fait indiquées pour soulager le stress et l'insomnie et améliorer, du coup, l'état général de ceux qui les utilisent.**

Rédigé par deux experts en aromathérapie, ce guide pratique vous permettra de découvrir les **10 huiles essentielles** idéales pour soulager le stress et l'insomnie, leurs **propriétés** et leur **utilisation**.

**Améliorez votre sommeil**, profitez de nuits reposantes et **atténuez le stress** dans votre vie active... Voilà ce que vous propose ce guide inestimable.

Dimensions : 18 x 22  
Nombre de pages : 48  
Support : Livre Broché

8,00 €

Réf. 54109



**ANXIÉTÉ - SOMMEIL - AROMATHÉRAPIE**



**Réal Labrie & Diane LeBlanc**

Détentrice d'un doctorat en naturothérapie, incluant des formations spécialisées en psychosynthèse, massothérapie et aromathérapie, Diane LeBlanc utilise les huiles essentielles pour permettre de retrouver un équilibre global harmonieux sur les plans physique, émotionnel, mental et énergétique. Formatrice et conférencière de renom, les outils qu'elle propose s'avèrent simples, efficaces et faciles d'utilisation. Titulaire d'un doctorat en naturothérapie spécialisé en médecine sportive, Réal Labrie évolue dans le domaine de l'enseignement depuis plusieurs décennies. Il a quitté son métier pour se consacrer à sa véritable passion : former des naturopathes et des aromathérapeutes compétents et rigoureux dans leur approche « holistique ». Sommité incontestable dans le domaine de l'aromathérapie, il a mis sur pied de nombreuses formations professionnelles et créé, en 2001, sa propre entreprise de distribution d'huiles essentielles et végétales de haute qualité afin de proposer les produits thérapeutiques les plus efficaces sur le marché à des prix abordables pour tous.

Anxiété **Sommeil** Aromathérapie

Anxiété **Sommeil** Aromathérapie

Anxiété **Sommeil** Aromathérapie