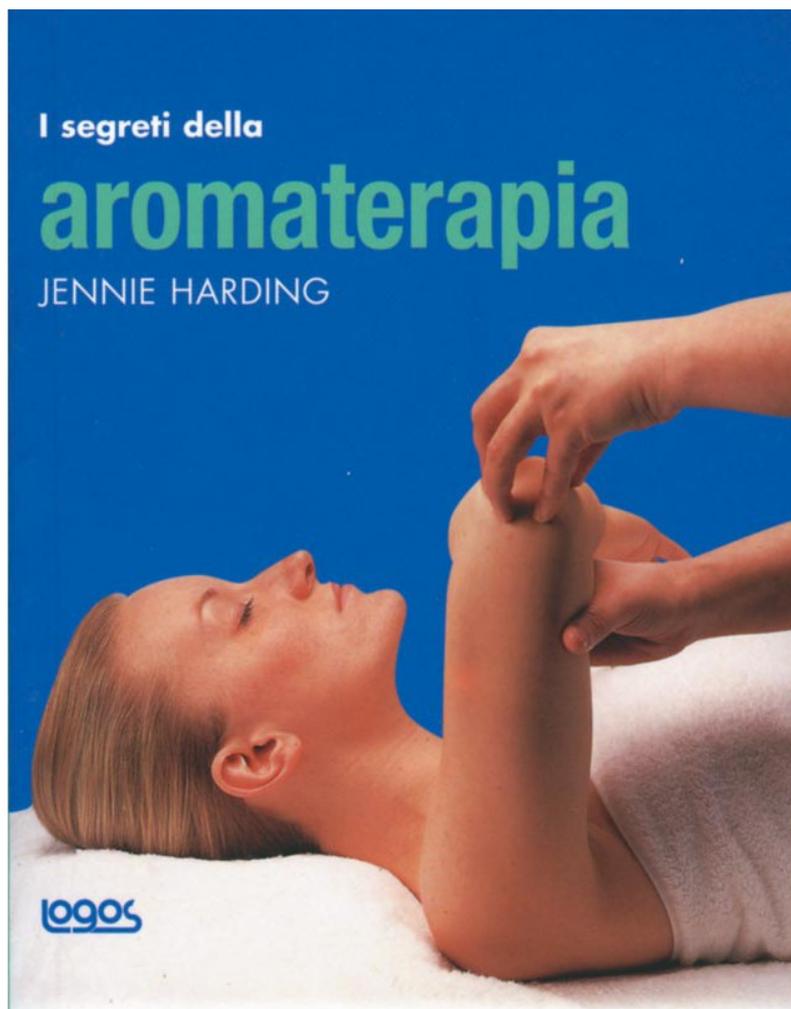


# #logosedizioni



Logosedizioni

I SEGRETI DELL'AROMATERAPIA - OUTLET

Jennie Harding

I segreti

Brossurata

110x135, 224 pp.

Italiano

OUT8879403344

~~4,95€~~ **2,48€>**

Disponibilità Immediata

## I SEGRETI DELL'AROMATERAPIA - OUTLET

**Questo volume è a metà prezzo perché è in offerta speciale o presenta lievi ammaccature o piccoli difetti dovuti al trasporto o all'esposizione in libreria. Per maggiori informazioni potete scrivere a: [info@libri.it](mailto:info@libri.it)**

**Gli oli essenziali alleviano lo stress mentale, fisico ed emotivo**

Le virtù terapeutiche degli oli essenziali sono note da millenni, ma negli ultimi 30 anni la fama delle loro proprietà curative e rilassanti è cresciuta a tal punto che, oggi, molti di essi sono comunemente usati, in aggiunta ad altri prodotti, per la cura del corpo. Scopo di questa guida è illustrare al lettore le origini dell'aromaterapia e indirizzarlo verso una scelta consapevole dell'olio essenziale più appropriato, spiegando inoltre i suoi possibili utilizzi curativi, le tecniche di automassaggio e i benefici di una seduta aromaterapica. Prendendo parte alla "rivoluzione aromatica" imparerete come la natura possa aiutarvi a curare i piccoli malesseri quotidiani.

**La collana:**

Integrando sapientemente teoria e pratica, la collana "**I segreti...**" offre spiegazioni chiare ed esaustive che demistificano la disciplina affrontata in ciascun volume, suggerendo come trarne preziosi benefici nella vita quotidiana.

- Un'introduzione ai principi dell'aromaterapia
- Esercizi di base spiegati mediante fotografie a colori e istruzioni step-by-step
- Un linguaggio privo di tecnicismi che rende questa disciplina accessibile anche ai principianti

**L'autrice:**

Da dieci anni **Jennie Harding** tiene un corso di aromaterapia presso il Tisserand Institute di Londra, dopo aver insegnato in Europa e negli Stati Uniti. Attualmente si occupa della coltivazione di piante aromatiche e, allo stesso tempo, prosegue i suoi studi di botanica ed ecologia. Questo è il suo primo libro.