

Bien être au quotidien !

Vous souhaitez utiliser la médecine douce pour soulager vos maux ?

Découvrez les **astuces** pour utiliser les principales **huiles essentielles** et ses bienfaits pour vous sentir mieux au quotidien !

[Lire l'article complet](#)



Les bienfaits des 8 huiles essentielles

L'huile essentielle de lavande



Aux vertus cicatrisantes, elle permet de traiter de nombreuses infections cutanées

[Plus d'infos](#)

L'huile essentielle menthe poivrée



Découvrez en détails ce stimulant du corps et de l'esprit

[Plus d'infos](#)

L'huile essentielle d'Hélichryse



Cet anti-hématome et anticoagulant très puissant possède de nombreuses vertus

[Plus d'infos](#)

L'huile essentielle tea tree



Incontournable pour tous les problèmes de peau: aphtes, mycoses, acné, bronchite...

[Plus d'infos](#)

L'huile essentielle de Gaulthérie



Remarquable comme anti-inflammatoire, antidouleur et antispasmodique

[Plus d'infos](#)

L'huile essentielle de Niaouli



Réputée pour ses propriétés anti-infectieuses, antibactérienne, antifongique et antivirale; elle est incontournable en aromathérapie en prévention des brûlures.

[Plus d'infos](#)

L'huile essentielle de citron



Son essence est utilisée dans toutes les affections digestives et hépatiques.

[Plus d'infos](#)

L'huile essentielle de ravintsara



Elle permet de lutter efficacement contre le rhume, la grippe, l'herpès ou l'angine...

[Plus d'infos](#)