

Obsah

6

Úvod

8

Aromaterapie

22

Hlavní způsoby
použití éterických
olejů

36

Jaro

58

Léto

78

Podzim

102

Zima

126

O zdraví vaší pokožky

138

Můj příběh

144

Rejstřík éterických
olejů

184

Rejstřík rostlinných
olejů