

Trousse d'He « HIVER »

❁ CES HUILES ONT ÉTÉ CHOISIES POUR LEURS VERTUS TANT SUR LE PLAN PHYSIQUE QUE MENTAL AFIN QU'ELLES VOUS SUIVENT PARTOUT DURANT LA SAISON. ❁



CAJEPUT OU MELALEUQUE BLANC : MELALEUCA CAJUPUTI */ TONIQUE ET STIMULANTE

La contribution de l'huile essentielle au système antioxydant permet d'augmenter globalement la réponse immunitaire aux agressions extérieures. Antiseptique intestinal et urinaire. Elle traite aussi certaines affections de la peau (Pityriasis, Psoriasis ..).

Utilisations possibles :

- 10 à 20 gouttes pures ou en synergie avec d'autre h.e
- En massage, dans un mélange permet de soulager les jambes lourdes.
- En diffusion en cas d'épidémies ou dans les chambres des malades.

** L'espèce connue sous de multiples noms locaux a été pendant longtemps référencée comme Melaleuca leucadendron.*



HYSOPE : HYSSOPUS MONTANA *, A CHOISIR CAR MOINS TOXIQUE QUE L'OFFICINALIS / PURIFIANTE ET ANTI-ANGOISSES

L'Hysope a une action marquée sur les oppressions et les angoisses, elle aide à faire face aux situations stressantes.

Utilisation possible :

- 4 gouttes maximum pures ou dans une base végétale à appliquer sur le plexus 1 fois par jour. Ne pas dépasser 10 jours pour 1 cure.



LAURIER : LAURUS NOBILIS / ANTI VIRAL ANTI INFECTIEUX – UTILE EN MEDITATION

Met en lumière les capacités de chacun sans complaisance. Va de la Peur à la Paix.

Utilisations possibles :

- 10 gouttes d'h.e de laurier dans un bain. Mettre directement les gouttes dans la main et mélanger avec un gel douche neutre puis mettre sous le jet d'eau pour disperser l'huile.

- 2 gouttes d'h.e de laurier dans un peu de miel en interne si désordre intestinal ou infection.
- 2 ou 3 gouttes d'h.e de laurier dans un peu d'huile végétale et appliquer sur le plexus avant de méditer ou pour retrouver un peu de paix intérieure et de foi en soi.



MYRRHE : COMMIPHORA MYRRHA / CICATRISANTE ET ANTISPASMODIQUE

Apaisante pour le système nerveux et grande réparatrice de la peau.

Utilisation possible :

- 5 gouttes d'h.e de myrrhe en massage à mélanger avant dans une base végétale.



MYRTE : MYRTUS COMMUNIS / PURIFIANTE ATMOSPHERIQUE ET HARMONISANTE

Améliore l'endormissement, fait naître l'harmonie, c'est par essence l'huile de la communication. C'est un équilibrant de la thyroïde. Peut aussi contribuer à apaiser les enfants ingérables. On peut aussi stimuler sa mémoire en massant la base du crane avec cette huile.

Utilisations possibles (très bien toléré par la peau) :

- En aérosol : 10 gouttes d'h.e de myrte dans votre diffuseur..
- 2 ou 3 gouttes d'h.e de myrte dans une huile végétale en onctions et massage du plexus et/ou du ventre..

Attention : Avant toute utilisation des huiles essentielles, lire impérativement les précautions d'emploi et prendre connaissance des contre-indications. Les informations relatives à l'usage des huiles essentielles mentionnées ici ne sont délivrées qu'à titre informatif et ne sauraient en aucun cas se substituer aux conseils et aux ordonnances délivrés par un médecin. La responsabilité de Jeûne Détox et Cie ne saura donc être engagée.