

# Aromathérapie



## Les modes d'utilisation des huiles essentielles

### VOIE CUTANÉE

Voie royale en aromathérapie car les huiles essentielles ont une forte affinité avec le tissu cutané et traversent toutes les couches de l'épiderme très facilement et rapidement. Les huiles essentielles (lipophiles) pénètrent très bien la barrière cutanée et se diffusent rapidement dans la circulation générale. La règle est de les appliquer toujours diluées en fonction de la zone à traiter et de la problématique.

### VOIE ORALE

Voie mineure en aromathérapie familiale, réservée à l'adulte et diluées dans un aliment contenant du gras (et non du sucre) ou ajouté à un sirop ou sur un comprimé neutre.

### OLFACTION

2 façons de respirer :

- Soit en application cutanée sur la face interne des poignets puis rapprocher les mains jointes sur le nez et respirer profondément aussi souvent que nécessaire.
- Soit sur un support approprié : stick inhalateur de poche, colliers diffuseurs... Simple, sans risque de réaction ni de surdose car aucun contact des huiles essentielles avec la peau, facile à préparer et à utiliser. À avoir toujours dans sa poche ou dans son sac.

Effet régulateur de nos émotions : l'information des huiles essentielles est transmise à notre cerveau limbique, siège de la gestion de nos émotions. Cette zone du cerveau, aussi appelée 3ème œil, est riche en neuromédiateurs (sérotonine, dopamine, noradrénaline) qui régissent nos humeurs, notre motivation et notre niveau de stress !

- Chez les enfants à partir de 7 ans.
- À personnaliser : 10 à 12 gouttes maximum sur la tige, bien fermer le stick et c'est prêt !

*Pas d'olfaction répétée de Menthe poivrée Bio*

### DIFFUSION

À l'aide des diffuseurs électriques adaptés, à froid, les huiles essentielles sont diffusées et aident à la désinfection atmosphérique des pièces à vivre, de la voiture, du bureau...

C'est la voie à privilégier pour :

- Lutter contre les mauvaises odeurs,
- Décongestionner les voies respiratoires,
- Assainir l'air,
- Assurer la diffusion d'huiles essentielles apaisantes, se relaxer, atmosphère détendue,
- Pour augmenter le bien-être.

*Ne jamais diffuser en continu, diffusion de 10 à 15 minutes maximum par heure sans excéder 1 heure par jour.*

*Toutes les huiles essentielles pures peuvent être utilisées en diffusion sauf la Menthe poivrée Bio. Précaution à prendre avec les huiles essentielles d'Orange douce Bio et de Citron Bio - 2 gouttes de chaque.*

*Diffuser hors présence humaine (pendant 30 minutes).*

## RESPECTEZ LES PRÉCAUTIONS D'USAGE !



### MON AROMATHÉRAPIE FAMILIALE, TOME 2

Un guide simple et pratique pour utiliser les huiles essentielles en toute sécurité pour toute la famille.

AF3072 / 17 €



# Aromathérapie



**HUILES ESSENTIELLES  
SIMPLES BIO**  
Complément alimentaire



## NIAOULI BIO

Flacon compte-goutte 10 ml / FV1038 / 6,90 €

## ORANGE DOUCE BIO

Flacon compte-goutte 10 ml / FV1027 / 6,90 €

## RAVINTSARA BIO

Flacon compte-goutte 10 ml / FV1026 / 12,90 €

## CITRON JAUNE BIO

Flacon compte-goutte 10 ml / FV1025 / 9,90 €

## TEA TREE BIO

Flacon compte-goutte 10 ml / FV1024 / 9,90 €

## MENTHE POIVRÉE BIO

Flacon compte-goutte 10 ml / FV1023 / 10,90 €

## LAVANDE OFFICINALE BIO

Flacon compte-goutte 10 ml / FV1022 / 12,90 €

## EUCALYPTUS RADIATA BIO

Flacon compte-goutte 10 ml / FV1021 / 8,90 €

## COLLIERS DIFFUSEURS

Ils permettent la diffusion de l'huile essentielle choisie afin de bénéficier de ses bienfaits, tout au long de la journée.

1 - Collier Feuille / FV1564  
Livré avec 3 feutrines (noir, violet et turquoise) / 17,90 €

2 - Collier Tiki / FV1565  
Livré avec 9 feutrines noires / 17,90 €

3 - Collier Arbre de Vie / FV1566  
Livré avec 3 feutrines noires / 17,90 €



## DIFFUSEUR DE VOITURE ARBRE DE VIE

En acier inoxydable avec 3 feutrines noires.  
4 - FV1563 / 12,90 €

## COFFRET DE 3 INHALATEURS

5 - FV1575 FV1576 / 19,90 €. Vendu avec 3 mèches.  
Recharges - FV1574 / 5,90 €. 9 mèches.



## DIFFUSEUR ULTRASONS

6 - FV1559 / 64,90 €

## DIFFUSEUR D'HUILES ESSENTIELLES USB

7 - FV1557 / 35,90 €

## DIFFUSEUR LAMPE NOMADE

8 - FV1567 / 74,90 €

## DIFFUSEUR HUILES ESSENTIELLES LUMINEUX - MUSICAL

9 - FV1568 / 64,90 €



## COMPRIMÉS NEUTRES BIO

Les comprimés neutres Bio sont sans sucres ajoutés, sans édulcorants et sans lactose. Composés à plus de 95% de fibres d'acacia bio, leur fort pouvoir absorbant leur permet d'être employés comme support des huiles essentielles.

Pilulier de 90 comprimés / Poids net : 66,1 g / FV1039 / 10,90 €



## OFFRE AROMATHÉRAPIE

1 Pilulier de Comprimés Neutres Bio FV1039  
+ 1 Huile Essentielle simple Bio au choix\*  
= 1 Huile Essentielle de Niaouli Bio FV1038 OFFERTE

\*Parmi les références FV1021/FV1022/  
FV1023/FV1024/FV1025/FV1026/  
FV1027/FV1038

## TROUSSE POUR HUILES ESSENTIELLES

10 compartiments.  
Dim. : 19 x 10 x 5,5 cm.  
10 - FV9002 / 6,90 €



Si vous imprimez ce document, pensez à le trier !