

## CAMPAGNE ÉCO-RESPONSABLE : LA BEAUTÉ EN TOUTE SIMPLICITÉ

### LES HUILES ESSENTIELLES



#### L'HUILE ESSENTIELLE, C'EST QUOI ?

C'est un concentré de plante puissant et très efficace obtenu après distillation de plantes fraîches à la vapeur d'eau ou par expression à froid.

100 kg de fleurs sont nécessaires pour obtenir 1 l d'huile essentielle de lavande !

Privilégiez les huiles essentielles chémotypées (CT), 100% pures et naturelles, botaniquement et biochimiquement définies (H.E.B.B.D.) et issues de l'agriculture biologique, de culture sauvage des régions éloignées de la pollution.



Chaque HE possède une propriété spécifique : calmante, tonique, anti-fatigue, digestive, circulatoire, ...

Mais attention à bien les utiliser ! En effet, en cas de surdosage, leurs propriétés peuvent s'inverser !

Il faut veiller également à respecter quelques points :

- Respecter la dilution recommandée,
- Ne pas utiliser non diluée sur la peau,
- Privilégiez le bio pour préserver leur pureté,
- Pas d'HE pour les enfants en-dessous de 6 ans et pour les femmes enceintes.

#### COMMENT ÇA MARCHE ?

Pour qu'elles entrent en action, les HE doivent pénétrer l'organisme (par friction/massage/inhalation/absorption). Ensuite, elles atteignent les foyers à traiter grâce à la circulation sanguine. En