

COMMENT UTILISER L'HUILE ESSENTIELLE DE LAVANDIN

PLANTE A PARFUM HYBRIDE DE LA LAVANDE

*(La lavande ne pousse pas en dessous de
800 m d'altitude et se reproduit noblement par semence)*

LE LAVANDIN EST MAITRE DU GRAND DOMAINE DE PLAINE, ICI, DANS LE SUD
DROME/NORD VAUCLUSE.

SES QUALITES CURATIVES ET MEDICINALES IDENTIQUES A CELLES DE LA LAVANDE
SONT MULTIPLES

1/ CALMANTE ET DECONTRACTANTE :

- A INGERER : QUELQUES GOUTTES SUR UN ½ SUCRE ; DANS UNE CUILLEREE DE MIEL ; DANS UNE TISANE OU DANS UNE INFUSION, VONT CERTES AIDER LA DIGESTION, MAIS VONT AUSSI ET SURTOUT AIDER A SE CALMER NERVEUSEMENT, SE DETENDRE, SE DESTRESSER...

- EN MASSAGE : A CETTE FIN ET PARALLELEMENT IL EST AUSSI IMPORTANT D'EN METTRE QUELQUES GOUTTES SUR LE DOIGT ET DE SE MASSER LES TEMPE... EN APPUYANT LEGEREMENT TOUT EN TOURNANT DANS LE SENS DES AIGUILLES D'UNE MONTRE... PUIS EN DESCENDANT SOUS L'OREILLE, A L'ARRIERE DE LA MACHOIRE ET LE LONG DU COU... PAREILLEMENT NE PAS OUBLIER DE MASSER LE PLEXUS SOLAIRE AVEC L'INDEX ET LE MAJEUR, TOUJOURS EN APPUYANT ET EN TOURNANT DANS LE SENS DES AIGUILLES D'UNE MONTRE... INSPIREZ ET EXPIREZ PROFONDEMENT EN MEME TEMPS...

- DANS LE BAIN : EN SURFACE OU DILUEE (*MELANGEE A DE L'EAU ET DU LAIT EN POUDDRE POUR LA DILUTION DANS L'EAU DU BAIN*), L'HUILE ESSENTIELLE DE LAVANDIN (*A RAISON D'UN FOND DE CUILLEREE A CAFE*) FERA AUSSI MERVEILLE POUR SE CALMER ET SE DETENDRE...

2/ ANESTHESIANTE :

- EN MASSAGE : LES DOULEURS MUSCULAIRES DES SPORTIFS AINSI QUE LES DOULEURS ARTHROSIQUES ET RHUMATISMALES SERONT RAPIDEMENT STOPPEES PAR L'APPLICATION DE CETTE HUILE ESSENTIELLE EN MASSAGE (MOUVEMENTS CIRCULAIRES OU DE BAS EN HAUT) AVEC LE PLAT DE LA MAIN ...

- DE MEME, QUELQUES GOUTTES CALMERONT RAPIDEMENT LES PIQUES D'INSECTES ET NOTAMMENT DE GUEPES...

- EN SPRAY : SOUS L'OREILLER, LA VAPORISATION DE L'HUILE ESSENTIELLE DE LAVANDIN VA PERMETTRE ET PROLONGER L'ENDORMISSEMENT ... AIDEE EN CELA PAR LE DEGAGEMENT DE CHALEUR DE LA TETE.

3/ CICATRISANTE :

- **POUR AIDER A LA CICATRISATION DE LA PEAU ET NOTAMMENT DU DERME (*LORSQUE LA PLAIE EST BIEN REFERMEE*) IL FAUT PENSER A UN MASSAGE APPUYE ET PROFOND LE LONG DE LA CICATRICE ... PENDANT PLUSIEURS JOURS... LA CICATRICE DEVIENDRA PEU A PEU PLUS SOUPLE, PLUS JOLIE... S'ATTENUERA PUIS DISPARAITRA PROGRESSIVEMENT.**

4/ ANTISEPTIQUE :

- QUELQUES GOUTTES SUR UN ½ SUCRE ; DANS UNE CUILLEREE DE MIEL ; DANS UNE TISANE OU UNE INFUSION ; SUR LA POINTE DE LA LANGUE ;
- MAIS AUSSI ET SURTOUT SUR UN MOUCHOIR (*A RESPIRER PROFONDEMENT*) ; EN INHALATION (*QUELQUES GOUTTES DANS UN BOL D'EAU CHAUDE*) ; DANS UNE SOUCOUPE D'EAU SOUS LE RADIATEUR ; DANS LE RECIPIENT PENDU AU RADIATEUR DE CHAUFFAGE CENTRAL ;
- DANS LE DIFFUSEUR ELECTRIQUE (*A FAIRE FONCTIONNER UNE ½ HEURE AVANT L'ENDORMISSEMENT DE L'ENFANT ... IL FAUT SAVOIR QUE SEULES LES HUILES ESSENTIELLES D'ORANGE ET DE LAVANDIN/LAVANDE CONVIENNENT AUX ENFANTS EN BAS AGE*) ...
- EN MASSAGE SUR LA POITRINE (POUR AIDER ET DEGAGER LA RESPIRATION) ...
ATTENTION : CONCERNANT LES ENFANTS : NE JAMAIS APPLIQUER L'HUILE ESSENTIELLE DIRECTEMENT SUR LA PEAU, TROP FINE ET DONC TROP FRAGILE : MELANGER QUELQUES GOUTTES AVEC DE L'HUILE D'AMANDE DOUCE PAR EXEMPLE (SUPPORT IDEAL).

5/ VERMIFUGE ET REPULSIVE :

- PENDANT 3 JOURS SUCCESSIFS : QUELQUES GOUTTES SUR UN ¼ DE SUCRE, LE MATIN, VONT PERMETTRE L'EXPULSION DES VERS : **ATTENTION : 1 GOUTTE** POUR LES ENFANTS PENDANT 3 JOURS, LE MATIN, ET **3 GOUTTES** POUR LES ADULTES... UN ENTRETIEN REGULIER, A CHAQUE CHANGEMENT DE SAISON, ET EN PROCEDANT DE LA MEME FACON, DOIT ETRE ENVISAGE...
- QUELQUES GOUTTES DANS L'EAU DE RINCAGE LORS DU LAVAGE DES CHEVEUX EMPECHE LES POUX DE SE FIXER (LE FAIRE DE TEMPS EN TEMPS) ... EFFET REPULSIF GARANTI.

6 / DESODORISANTE :

- QUELQUES GOUTTES EN MASSAGE SOUS LA PLANTE DES PIEDS, ET SUR LE GANT MOUILLE POUR UN MASSAGE SOUS LES BRAS, VONT ASSAINIR LA PEAU ET PERMETTRE UNE DESODORISATION PROGRESSIVE ...

7 / DANS LA MAISON : IL FAUT SAVOIR QUE QUELQUES GOUTTES DANS :

- LE SAC DE L'ASPIRATEUR
- L'EAU DE LA SERPILLERE
- LE FER A REPASSER
- LE NETTOYEUR A VAPEUR (DESODORISATION ET DESINFECTION DES TAPIS/MOQUETTES)

VOUS APPORTERONT UN REEL BIEN- ETRE.

CETTE LISTE EST NON EXHAUSTIVE
