



CADEAUX POUR VOUS MONSIEUR.....

1 – HUILE DE RASAGE APAISANTE : pour tous types de peau.

- Melangez dans un flacon de 30ml.

20 ml d'huile végétale de **bourrache** (*régénérant et anti-âge*)

10 ml d'huile végétale de **calendula** (*adouçissant et apaisant*)

– 8 gouttes d'huile essentielle de **lavande**
(*anti-inflammatoire*)

– 8 gouttes d'huile essentielle de **camomille allemande** (*cicatrisante et décongestionnante*)

Une noix de cette huile appliquée après le rasage apaise les irritations et vous laisse la peau douce.

Au bout de 5mn à l'aide d'un mouchoir de coton, enlevez le surplus délicatement sans frotter.



2 – APRES - SHAMPOING NOURRISSANT ANTIPELLICULAIRE.

- Versez dans un flacon doté d'un embout pulvérisateur.

125 ml d'**eau minérale**. Ajoutez :

- 20 gouttes d'huile essentielle de **romarin à cinéole** (*régulateur et nourrissant*)
- 20 gouttes d'huile essentielle **d'eucalyptus radiata** (*anti-pelliculaire*)
- 20 gouttes d'huile essentielle de **citron** (*reminalisant et éclat*)

Agitez le flacon avant chaque application.

Après votre shampoing sur cheveux encore mouillés vaporisez quelques nuages de cette préparation sur toute votre chevelure et frictionner le cuir chevelu.

Laisser sécher sans rincer.



3 – POUR UN MASSAGE TOUT EN DOUCEUR DECONTRACTANT.

Pour tous types de peau.

- Versez dans un flacon les ingrédients ci-dessous.

80 ml d'huile végétale de **jojoba** (*décontractante, apaisante*)

10 ml d'huile végétale d'**arnica** (*soulage les contusions*)

10 ml d'huile végétale d' **amande douce** (*assouplissante, nourrissante*).

- 10 gouttes d'huile essentielle de **lavandin** (*décontractant*)
- 10 gouttes d'huile essentielle de **menthe poivrée** (*fraîcheur et légèreté*).

Agitez tous les ingrédients, massez le corps avec cette préparation. Les mouvements de massage favorisent la circulation sanguine et apporte de l'apaisement.

Bien entendu tous les produits de base doivent être BIO .
Pour le bien-être du corps et pour l'environnement.

J'espère que ces quelques recettes vous auront plu.
Je vous dit à bientôt.

Bonne détente tout en BEAUTE.

