



Loveloove kit



Une huile de
massage

picard

Pour le bon et le meilleur



Le matériel :

- 2 flacons en verre de 50 ml
- de l'huile végétale bio d'amande douce en 1^{ère} pression à froid bio
- des huiles essentielles bio
- 1 stylo spécial écriture pour le verre



Les étapes :

1. Choisissez l'huile essentielle de votre choix : lavande (réduction du stress), ylang-ylang (relaxation) ou gaulthérie (décompression musculaire) par exemple sont parfaites pour un massage.
2. Dans un flacon propre, versez 10 ml d'huiles essentielles dans de l'huile d'amande douce et mélangez.
3. Inscrivez la date de fabrication sur le flacon et utilisez rapidement votre huile. Pour prolonger sa durée de vie, ajoutez 1 ml de vitamine E (conservateur) dans le mélange.

Précautions d'usage :

Les huiles essentielles de lavande, d'ylang-ylang ou de gaulthérie sont contre-indiquées en cas de grossesse ou d'allaitement. Certaines huiles essentielles sont également déconseillées chez les enfants jusqu'à un certain âge (référez-vous aux notices ou demandez conseil à votre pharmacien).

