



LAVANDAÏS
en Provence

Propriétés et utilisation des HUILES ESSENTIELLES DE LAVANDE



LAVANDE FINE (*Lavandula Angustifolia*)

- **Insomnies** : 1 ou 2 gouttes sur l'oreiller au moment du coucher.
- **Migraines, relaxation, stress** : 1 goutte en massage sur les tempes ou creux des poignets.
- **Diffusion** : quelques gouttes dans un diffuseur d'huiles essentielles pour parfumer la pièce. Aide aussi à la détente et la relaxation.

LAVANDE ASPIC (*Lavandula Latifolia*)

- **Piqûres d'insectes** : 1 goutte en application stoppe la démangeaison (moustiques). Pour guêpes et abeilles, stoppe la douleur de la piqûre.
- **Douleurs musculaires et articulaires, rhumatismes et arthrose** : en massage, mélanger 4/5 gouttes avec une huile végétale.
- **Brûlures légères et coups de soleil** : Quelques gouttes en application avec une huile végétale.



LAVANDIN (*Lavandula Hybrida*)

- **Rhumes et bronchites** : en friction avec une huile végétale et/ou en inhalation 2/3 gouttes dans un bol d'eau chaude.
- **Sauna et bain** : quelques gouttes sur du sel de cuisine, puis en dilution dans l'eau du bain.
- **Répulsif mites** : vaporiser la penderie ou poser un galet avec quelques gouttes dessus.
- **Répulsif poux et puces** : quelques gouttes dans le shampoing ou sur le col de la veste éloignent les poux. Pour les puces, 2 gouttes sur le dos de l'animal (pas sur les chats) et sur la couchette.
- **Diffusion/Assainir la maison** : quelques gouttes dans un diffuseur parfument la maison. Dans l'eau de ménage, le rinçage du linge, sur les rideaux...

EAU FLORALE DE LAVANDIN

- Sur un coton, **en lotion tonique** après le démaquillage.
- Aide à **purifier les peaux grasses** et acnéiques.
- Aide à **sécher les problèmes de peaux** (psoriasis, eczéma).
- En application **après le rasage ou l'épilation** pour apaiser l'irritation.
- **En eau de linge** pour le repassage et parfume le linge.

Ne pas utiliser chez les enfants de moins de 6 ans et les femmes enceintes et allaitantes. Risques allergiques potentiels faibles. Faire un test cutané (pli du coude) avant utilisation.



Retrouvez toutes nos huiles essentielles sur
lavandaisenprovence.com

Fabriqué en
FRANCE

Maison de la Lavande - Domaine Lavandaïs | Producteur - Distillateur & Musée

D490 - 2200 route des Gorges 07700 Saint-Remèze • Tél. 04 75 04 37 26