

A wire basket filled with various essential oil bottles, including brands like doTERRA and Young Living. The basket is placed on a wooden surface. In the background, a potted plant with green leaves is visible. The text "Les huiles essentielles pour ton voyage collectif" is overlaid on the image in a white serif font.

Les huiles
essentiels pour ton
voyage collectif



Les huiles essentielles du mois d'octobre

Les huiles essentielles que tu as reçues ont été choisies en conscience pour accompagner l'énergie de ce voyage collectif. Chacune possède sa propre signature aromatique et soutient ton exploration de l'invisible.

L'Eucalyptus invite à ouvrir l'espace intérieur et à faire de la place exactement là où tu en as besoin. Le Pamplemousse apporte une touche de fraîcheur, de légèreté et de spontanéité. Enfin, Air accompagne cette ouverture, invitant à respirer plus librement, à accueillir l'espace retrouvé et à ressentir une profonde sensation de liberté intérieure.

Prends le temps de les découvrir en lisant leur fiche technique ci-dessous, de les respirer si tu le souhaites et d'observer ce que chacune éveille en toi. Il n'existe pas de bonne ou de mauvaise manière de les ressentir. Laisse-toi guider par ton expérience et ton intuition.

Durant le voyage collectif, je te guiderai dans leur utilisation concrète, ainsi que le moment spécifique durant lequel tu les respireras. Pense simplement à les avoir prêtes proche de toi durant la soirée.

Si l'une d'elles t'attire spécialement, saches que tu peux à tout moment venir vers moi pour la commander en version grand format. Si tu cherches une huile végétale idéale pour un travail olfactif, émotionnel et énergétique, je te propose une huile de coco fractionnée et inodore.



Eucalyptus

Mélange d'eucalyptus : eucalyptus radiata, eucalyptus polybractea, eucalyptus kochii, eucalyptus loxophleba, eucalyptus globulus

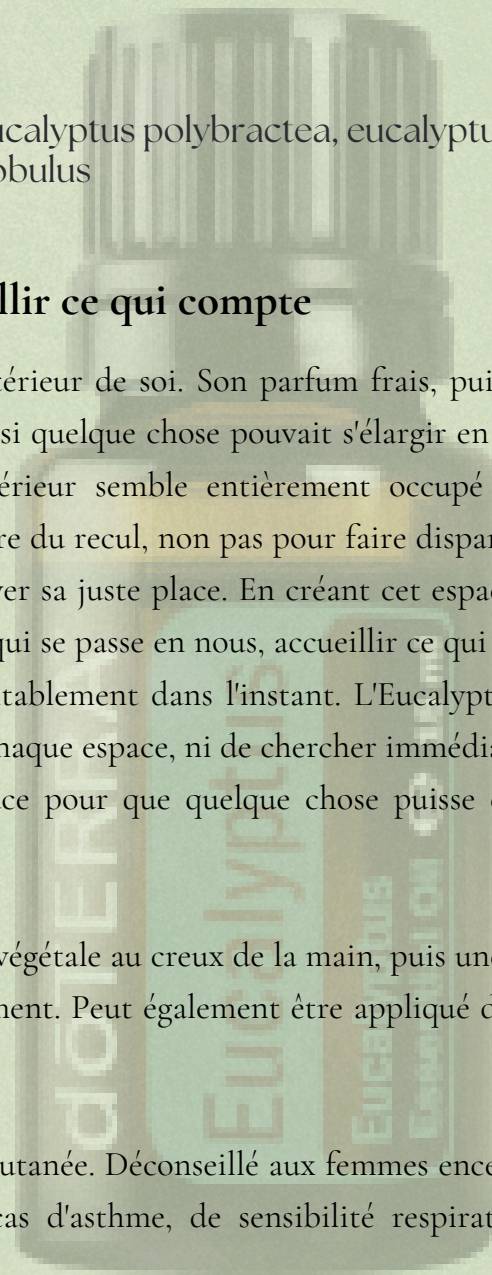
Je crée de l'espace en moi pour accueillir ce qui compte

L'Eucalyptus invite à retrouver de l'espace à l'intérieur de soi. Son parfum frais, puissant et aérien évoque une sensation d'ouverture, comme si quelque chose pouvait s'élargir en nous. Il accompagne les moments où notre espace intérieur semble entièrement occupé par les sollicitations du quotidien. Il nous invite à prendre du recul, non pas pour faire disparaître ce qui est présent, mais pour lui permettre de trouver sa juste place. En créant cet espace, nous devenons davantage disponibles pour écouter ce qui se passe en nous, accueillir ce qui cherche à se présenter et reconnaître ce qui compte véritablement dans l'instant. L'Eucalyptus nous rappelle que nous n'avons pas besoin de remplir chaque espace, ni de chercher immédiatement une réponse. Parfois, il suffit de faire de la place pour que quelque chose puisse émerger naturellement.

Utilisation: déposer quelques gouttes d'une huile végétale au creux de la main, puis une goutte d'huile essentielle d'eucalyptus et respirer doucement. Peut également être appliqué dilué sur le bas du ventre ou la poitrine.

Mesures de sécurité: diluer en cas d'application cutanée. Déconseillé aux femmes enceintes et allaitantes, ainsi qu'aux enfants. Prudence en cas d'asthme, de sensibilité respiratoire ou d'antécédents de convulsions.

Date de péremption : 02.31





Pamplemousse

Citrus x paradisi

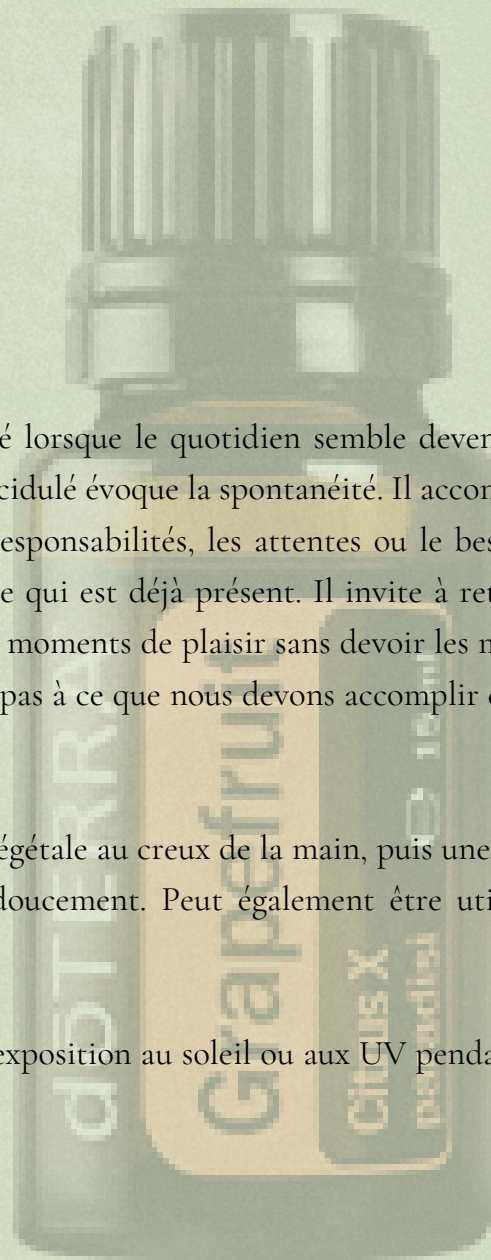
Je retrouve légèreté et spontanéité

Le Pamplemousse invite à retrouver de la légèreté lorsque le quotidien semble devenu trop sérieux. Son parfum frais, pétillant et légèrement acidulé évoque la spontanéité. Il accompagne les moments où l'on s'est laissé absorber par les responsabilités, les attentes ou le besoin de tout maîtriser, au point d'oublier de profiter de ce qui est déjà présent. Il invite à retrouver une forme d'insouciance et à s'autoriser à vivre des moments de plaisir sans devoir les mériter. Le Pamplemousse rappelle que la vie ne se résume pas à ce que nous devons accomplir et nous autorise à savourer pleinement la vie.

Utilisation: déposer quelques gouttes d'une huile végétale au creux de la main, puis une goutte d'huile essentielle de pamplemousse et respirer doucement. Peut également être utilisé en diffusion.

Mesures de sécurité: photosensibilisant -> éviter l'exposition au soleil ou aux UV pendant 12h. Irritant cutané -> diluer avant application cutanée.

Date de péremption: 08.30





Air

Laurier noble (*Laurus nobilis*), Mélange d'Eucalyptus (*Eucalyptus* spp.), Menthe poivrée (*Mentha x piperita*), Arbre à thé (*Melaleuca alternifolia*), Citron (*Citrus limon*), Cardamome (*Elettaria cardamomum*), Ravintsara (*Cinnamomum camphora*)

Je respire

Air invite à retrouver de l'espace lorsque l'on se sent à l'étroit, encombré-e ou comme privé-e de souffle. Sa fraîcheur ouvre les sens et accompagne naturellement une respiration plus consciente. Sur le plan émotionnel et énergétique, Air peut soutenir les moments où l'on ressent le besoin de desserrer ce qui oppresse. Chaque respiration devient alors une invitation à faire de la place, à accueillir ce qui est présent et à retrouver un mouvement plus fluide en soi.

Utilisation: déposer quelques gouttes d'huile végétale au creux de la main, puis une goutte d'huile essentielle d'Air, garder les mains à distance du visage et respirer. Peut également être utilisé en diffusion ou appliqué bien diluée sur le thorax ou le haut du dos.

Mesures de sécurité spécifiques: toujours bien diluer avant application cutanée. Peut avoir un léger effet glaçant. Éviter le visage, ainsi que les muqueuses. Photosensibilisant -> éviter l'exposition au soleil ou aux UV après application cutanée (12h). Ne pas utiliser chez les jeunes enfants ou chez la femme enceinte ou allaitante. Prudence en cas d'asthme, de difficultés pulmonaires ou d'épilepsie.

Date de péremption: 06.31

