

# Les fleurs de Bach

Il existe 38 fleurs de Bach, classées en 7 groupes :

Les groupes	Les fleurs
<b>PEURS</b>	Hélianthème, Mimule, Prunus, Peuplier tremble, Marronnier rouge
<b>DOUTES</b>	Plumbago, Gnavelle, Gentiane, Ajonc, Charme, Avoine sauvage
<b>MANQUE D'INTÉRÊT</b>	Clématite, Chèvrefeuille, Eglantine, Fleur d'olivier, Marronnier blanc, Bourgeon de marronnier, Moutarde
<b>SOLITUDE</b>	Hottonie, Impatiente, Bruyère
<b>ÉMOTIVITÉ</b>	Aigremoine, Centaurée, Noyer, Houx, Dame d'onze heure, Saule, Chêne, Pommier sauvage
<b>TRISTESSE</b>	Mélèze, Pin, Orme, Châtaignier, Eau de roche
<b>RELATIONNEL DIFFICILE</b>	Chicorée, Verveine, Hêtre

# Spécial enfants



## LE NOYER

### Pour qui ?

Enfant hypersensible, perméable à l'environnement.

### Les signes ?

Hypersensibilité, période de changement (déménagement, rentrée, voyage...).

### La fleur ?

Elle permet à l'enfant de ne plus absorber les énergies environnantes non désirées, et facilite également le changement et la transition.



## LA CLÉMATITE

### Pour qui ?

Enfant rêveur, seul, pensif.

### Les signes ?

Rêverie, absence, difficulté d'attention et de concentration.

### La fleur ?

Elle permet à l'enfant de faire un retour à la réalité, et mieux maîtriser son imagination. Elle apporte joie de vivre et intérêt pour l'environnement.

## LE PEUPLIER TREMBLE

### Pour qui ?

Enfant qui a des peurs inconnues ou inexplicables.

### Les signes ?

Anxiété, difficultés d'endormissement, sueurs la nuit, nervosité.

### La fleur ?

Elle permet de retrouver le calme, redonner confiance en ses capacités en augmentant le sentiment de sécurité intérieure.

## LE SAULE

### Pour qui ?

Enfant qui se plaint, qui blâme autrui, rancunier, qui a des pensées négatives.

### Les signes ?

Ressentiment, plainte.

### La fleur ?

Elle permet à l'enfant d'être plus généreux avec les autres et plus objectif vis-à-vis de lui-même.

## LA VERVEINE

### Pour qui ?

Enfant qui a de fortes idées et valeurs, mais qui se sentent lésés et face à de l'injustice.

### Les signes ?

Colère, tristesse, injustice, incompréhension.

### La fleur ?

Elle permet d'apaiser les réactions, calmer les tensions intérieures et utiliser énergie et pensées de façon positive.

## LE MARRONNIER BLANC

### Pour qui ?

Enfant qui a des pensées indésirables qui tournent en boucle et qui perturbent l'attention, la concentration et le bien être intérieur.

### Les signes ?

Pensées en boucle.

### La fleur ?

Elle permet à l'enfant de calmer et d'apaiser ses pensées.

## L'IMPATIENCE

### Pour qui ?

Enfant qui est très rapide dans ses réflexions et analyses, qui fait preuve d'impatience face au rythme des autres.

### Les signes ?

Agitation, impulsivité, travail bâclé, étourderie fréquente, impatience.

### La fleur ?

Elle permet à l'enfant d'aborder les situations avec plus de calme, et de prendre le temps de faire les choses correctement. Elle apaise l'agitation du corps et des pensées.

## LE MÉLEZE

### Pour qui ?

Enfant qui souffre d'un sentiment d'infériorité, qui minimise ses compétences et qui a perdu confiance en lui.

### Les signes ?

Dévalorisation, inhibition par crainte de l'échec.

### La fleur ?

Elle permet à l'enfant de retrouver confiance en ses capacités et oser réaliser de nouvelles expériences.

# Préparation 1

- J'achète un flacon de 30 ml teinté avec une pipette (pharmacie ou internet)
- J'achète le ou les flacons des fleurs choisies
- Je remplis mon flacon teinté d'eau minérale et j'ajoute 2 gouttes de chaque fleur choisie. Je peux mélanger jusqu'à 7 fleurs différentes.
- Je donne 4 gouttes à mon enfant, directement dans la bouche, plusieurs fois par jour (au minimum 4 fois). Il n'y a pas de maximum à ne pas dépasser et pas d'intervalle. Renouveler les prises autant que nécessaire.

# Préparation 2

- Je mets 2 ou 3 gouttes des fleurs sélectionnées dans un verre d'eau ou une petite bouteille, que mon enfant boira régulièrement au cours de la journée. Le minimum sera de 4 prises et on mélangera 4 fleurs au maximum pour un meilleur effet.