

# HYDROLATS, BAUMES ET MACERATS HUILEUX

## LES HYDROLATS

Ce sont des huiles essentielles pour toute la famille. Ils représentent la **version douce de l'aromathérapie** et peuvent pour la plupart être utilisés par les femmes enceintes ou les jeunes enfants. Ils s'utilisent par **voie orale**, diluée dans un plat, une boisson, en cure de 21 jours, **en vaporisation** ou en **application cutanée**. Comme les macérâts huileux, ils sont le fruit d'une cueillette écoresponsable, dans des lieux naturels et purs. S'ils sont tous détoxifiants (sudorifiques, diurétiques et dépuratifs), chacun présente des **propriétés** particulières pour une **santé naturelle**.



*Tous les hydrolats ne sont pas présents sur la photo.*

- Bourgeon **de cassis** : anti-inflammatoire puissant (rhumatisme, arthrite), énergisant, un coup de pouce de la nature pour s'adapter aux aléas de la vie
- **Lavande** : antipoux, apaisant, soulage les irritations, les maux de tête ou migraines en compresse sur le front, diluée avec de l'eau froide ou en prenant 1 à 3 cuillères à soupe d'hydrolat dans un verre d'eau froide, 1 à 3 fois par jour.

- **Cynorrhodon** : tonifiant, rajeunissant, astringent, anti-inflammatoire (mon geste beauté du matin !)
- **Bourgeon d'épicéas** : antibactérien, antalgique, bronches, stress, douleurs musculaires
- **Fleurs d'aubépine** : Idéal pour diminuer le stress, la nervosité, il favorise le sommeil et aide à réguler la tension artérielle.
- **Feuilles de sureau** : elles améliorent le transit intestinal et aident à retrouver un bon confort digestif.
- **Sureau noir** : Il aide à faire sortir les choses tant sur le plan physique qu'émotionnel grâce à ses propriétés expectorantes. Par ailleurs, il soulage les douleurs et inflammations buccales et est utile en prévention des maladies hivernales comme la grippe car il peut renforcer les défenses immunitaires. On peut notamment l'utiliser après une gastro-entérite ou lors d'une convalescence après une infection.
- **Clémentine** : assainissant, régulateur (peau et système nerveux), stimulant l'appétit
- **Mélisse** : apaisant pour la peau et l'esprit, digestif, purifiant, réputé contre les insomnies. Tonique digestif et antispasmodique, il améliore la digestion et aide à réduire les crampes et spasmes intestinaux. Adoucissant et calmant, il soulage les symptômes liés aux troubles hormonaux féminins.
- **Achillée millefeuille** : apaisant cutané et digestive, équilibre le cycle féminin, peaux grasses et acnéiques
- **Aspérule odorante** : Egalement baptisée l'hépatique étoilée et surnommée la plante pour retrouver la joie de vivre, l'aspérule offre des vertus tranquillisantes, antistress, pour le sommeil, l'appareil digestif, le foie, anticoagulant, maux de tête, vertiges... A utiliser à faible dose et peu de temps en raison de sa teneur élevée en coumarine pur ou comme base pour une synergie avec des huiles essentielles. Interdit aux femmes enceintes et personnes sous anti-coagulants.
- **Millepertuis** : cicatrisant (coups de soleil, légères brûlures), anxiolytique, sédatif, stimulant nerveux, anti-inflammatoires, antalgiques (rhumatismes, douleur musculaire, douleur articulaire), anti-allergique .

6 € les 100 ml.

## LES BAUMES



- **Baume de propolis** : soin idéal pour toute la famille pour répondre à tous les petits tracas cutanés : tatouages, lèvres sèches, gerçures, brûlures légères, peaux abimées
- **Baume de plantain lancéolé** pour les piqûres et démangeaisons
- **Baume SOS bobo** pour les bleus et les bosses !

40 g 8 € / Propolis 10 €

## LES MACÉRATS HUILEUX SOLARISÉS

Issus de la macération de plantes dans une huile végétale, parfois venue d'Orient, nos macérâts huileux sont frais, purs et 100% naturels, sans additif ni conservateur. De très haute qualité, ce sont des concentrés d'actifs ! Ils sont à utiliser pur ou comme base pour une synergie avec des huiles essentielles.



- **Macérât huileux de carotte sauvage** pour un teint halé, une peau élastique, un buste tonique (soin anti rides, acné)
- **Macérât huileux de pissenlît** pour les peaux abîmées, gercées (eczéma, psoriasis) et pour les douleurs musculaires !
- **Macérât huileux de plantain** : cicatrisant, anti-histaminique local et antispasmodique des voies respiratoires.
- **Macérât huileux de millepertuis** : Efficace contre les douleurs siégeant sur les nerfs et les articulations, le macérât huileux de Millepertuis est aussi très anti-inflammatoire en raison de sa teneur en hypericine. Enfin, comme de nombreux macérâts huileux et huiles végétales, ses vertus régénératrices et apaisantes soulagent les peaux agressées par le soleil.

- **Macérât huileux de pâquerette** : soulage, est raffermissant, circulatoire et cicatrisant. Il est également connu pour raffermir la poitrine des femmes.

- **Macérât huileux de plantain** :

100 ml : 12 €

## LES ELIXIRS ET POCHONS PERSONNALISES BONS CADEAUX

Pour bébés, enfants, hommes, femmes, pensez-au pochon personnalisable 100% naturel ou au bon cadeau pour nos soins :

- Médiation animale
- Coaching/Accompagnement santé nature pour retrouver son équilibre naturel : naturopathie, réflexologie, Phytothérapie
- Coaching/Accompagnement autour du burn-out
- Cours de jardinage, Gardiennage animaux de la ferme et domestiques
- Ateliers : cueillette, écriture, psychologie positive, d'éveil de la conscience
- Ateliers enfants : apprentis fermiers et petits boulangers

Il est tout à fait possible de réaliser des

- **élixirs personnalisés** (à base d'hydrolats)
- des **synergies de massage** (à base de macérâts huileux)
- en fonction de vos besoins.



Pour nous contacter :  
[magalie.troutet@gmail.com](mailto:magalie.troutet@gmail.com)