



HUILE ESSENTIELLE D'ORIGAN COMPACT

Utilisation psycho émotionnelle

Cette huile essentielle vous accompagne dans les situations de fatigue passagère, en cette période de changements du temps ou des examens de fin d'année pour les plus jeunes. Elle est stimulante, **tonifiante**. Elle vous soutient en cas d'épuisement.

Comment l'utiliser?

Attention aux contre-indications, voir ci après...

Comment l'utiliser?

En olfaction

- *en stick inhalateur* (le plus sécuritaire):

Mettre 1 à 2 gouttes sur le coton d'un stick inhalateur (neuf et strictement personnel) et respirer à la demande 3 à 4 fois par jour, plutôt le matin et en début d'après-midi.

- *en diffusion humide*:

Ne pas diffuser plus d'une heure par jour au total.

Bien aérer après la diffusion au moins 10 minutes

Contre-indications

ATTENTION !

Les huiles essentielles sont très efficaces pour notre bien-être mais elles présentent des contre indications dont il faut tenir compte pour un usage sécuritaire.

- Ne pas avaler sans avis d'un professionnel de santé.
- Ne jamais mettre pure sur la peau directement, sans avis d'un professionnel de santé.
- Ne pas utiliser pour les femmes enceintes, les jeunes enfants, les asthmatiques, les épileptiques sur ou en diffusion à côté des animaux, surtout les chats.

L'origan compact

est vivement déconseillé si votre foie et/ou vos reins sont fragiles.

Si tel est votre cas, d'autres huiles essentielles pourront mieux vous convenir. N'hésitez pas à me demander lors d'un rendez-vous.