



TROUSSE NATURO "ÉTÉ"

Piqûres d'insectes

- **HE de Lavande Aspic :**
Appliquer 1 goutte sur la piqûre pour désinfecter et la soulager.
- **Gel d'Aloé Vera :**
A appliquer pur sur la piqûre.
- **Argile verte :**
Appliquer en cataplasme sur la piqûre durant 1h.
- **Menthe fraîche :**
Frotter la piqûre avec !

Mal des transports

- **HE de Gingembre ou Basilic Tropical ou menthe poivrée :**
Appliquer 1 goutte d'HE sur un mouchoir et respirez.
- **Fleur de Bach Scléranthus :**
Mettre 4 gouttes 4 fois/jour sous la langue et attendre 30 secondes avant d'avalier.

Coup de chaleur

- **HE de Lavande Aspic :**
Diluer 1 goutte dans 4 gouttes d'HV et appliquer sur les zones.
- **Gel d'Aloé Vera, Macérât de Millepertuis, Huile de pâquerette, Crème de Calendula**
A appliquer sur la peau brûlée.

Courbatures

- **Reine des Prés :**
Imbiber une compresse d'1 goutte de teinture mère et appliquer sur les courbatures.
- **HE d'Estragon :**
Mélanger 10 gouttes dans 20ml d'HV d'arnica. Masser les zones avec cette huile, 3 fois/jour.
- **Magnésium bisglycinate :**
Faire une cure pendant 1 mois.

