



Type de recette : soin corps



Préparation



Coût



Difficulté

## Enveloppement circulatoire au vétiver

### Ingrédients :

- 10 cuillères à soupe d'argile verte
- 10 cuillères à soupe d'hydrolat de verveine bio
- 10 gouttes d'huile essentielle de vétiver bio
- 10 gouttes d'huile essentielle de pamplemousse bio
- 5 gouttes d'huile essentielle de ciste ladanifère bio

### Matériel nécessaire :

- Un bol
- Un mini-fouet ou une petite cuillère

### Flaconnage recommandé :

- Utilisation unique

### Mode opératoire :

- 1- Mettre dans votre bol l'argile et l'hydrolat et remuer à l'aide du mini fouet, jusqu'à obtenir une pâte lisse et sans grumeaux.
- 2- Ajouter les gouttes d'huiles essentielles et remuer à nouveau.

### Conseil d'utilisation :

Appliquer sur les zones à traiter puis recouvrir d'un film plastique. S'allonger pendant 20 minutes. Rincer ensuite sous la douche.

### Conservation :

Utilisation minute

PETITS  
MAUX

POUR LUTTER CONTRE LES PARASITOSE CUTANÉES (gale, teigne...):

- Mélanger dans un bol, 98 ml d'HV de noisette avec la synergie suivante d'huiles essentielles : 10 gouttes de vétiver + 10 gouttes de girofle + 20 gouttes de palmarosa + 20 gouttes de laurier noble.
- Appliquer le mélange sur les zones concernées, matin et soir jusqu'à amélioration.