

OLI ESSENZIALI



HE002-FOGLIE DI ALLORO (15ml) €21,00

Famiglia: Lauraceae

Greci e Romani usavano l'**Alloro** per intrecciare corone da porre sul capo dei vincitori e di tale singolare usanza restano a testimonianza le statue e i bassorilievi dell'epoca.

Arbusto o piccolo albero sempre verde con foglie ovali a punta acuta, coriacee e di un colore verde scuro; molto aromatiche. I fiori sono di un giallo paglierino e si raccolgono a formare un'infiorescenza a ombrella. Il frutto è una bacca nera. È originario, delle regioni mediterranee ma è coltivato diffusamente ovunque per uso culinario.

L'**olio essenziale di Alloro** viene estratto con il metodo della distillazione in corrente di vapore delle foglie e dei rami giovani essiccati. Se ne ricava un liquido verdognolo che emana un intenso profumo di spezie ed, è privo di tossicità, anche se è bene accertarne la tollerabilità personale ed evitarne l'uso durante la gestazione.

Antisettico, digestivo, emmenagogo, diuretico, antidolorifico. L'**olio essenziale di Alloro** dà buoni risultati per combattere il raffreddore, per favorire la digestione, in caso di mestruazioni scarse, per i dolori reumatici e gli strappi muscolari.

CONSIGLI PRATICI

Per il raffreddore:

in una bacinella di acqua bollente mettete 10 gocce di **olio essenziale di Alloro**; copritevi il capo con un asciugamano e ispirate profonda mente per due minuti, interrompete per altri due e ripetete l'operazione. Continuate finché l'acqua sarà calda e produrrà ancora vapore.

Per favorire la digestione:

preparate una miscela con 50 ml di [olio di Mandorle dolci](#) e 15 gocce di **olio essenziale di Alloro**. Usate questo olio per massaggiare lo stomaco dopo i pasti, facendo movimenti delicati con i polpastrelli per farlo penetrare. Per migliorare l'effetto della cura, potete anche coprire lo stomaco con un panno di lana.

Per le mestruazioni scarse:

diluite 2 gocce di **olio essenziale di Alloro** in i cucchiaio di olio di Mandorle dolci. Con questa miscela fate un massaggio delicato sul basso ventre e sulla par te bassa della schiena e fatela penetrare completamente. Eseguite il massaggio due volte al giorno, durante il periodo mestruale.

HE002-CIPRESSO (15ml) **€20,00**

Famiglia: Cupressaceae

A Roma, secondo Plinio, quando nasceva una figlia femmina si piantava un **cipresso**, come augurio perché trovasse presto marito.

Albero sempreverde con chioma piramidale che può raggiungere i 50 metri di altezza con piccole foglie opposte a scaglia, fiori riuniti a formare infiorescenze e un frutto di forma conica. Questa conifera tipica delle zone mediterranee è usata spesso a scopo ornamentale.

L'**olio essenziale** si ricava dagli aghi e dai rametti giovani con il metodo della distillazione in corrente di vapore, si ottiene un liquido giallo-verdognolo con una intensa profumazione balsamica.

Antispasmodico, diuretico, vasocostrittore, emostatico, antireumatico. L'**olio essenziale di Cipresso** risulta efficace per combattere la cellulite, l'insufficienza circolatoria periferica, le emorroidi, le vene varicose, lo stress e il raffreddore. Suffumigi di **olio essenziale di Cipresso** servono a calmare anche la pertosse.

CONSIGLI PRATICI

Bagno per la circolazione:

nell'acqua della vasca aggiungete 12 gocce di **olio essenziale di Cipresso**. Mescolate con le mani e rimanete immersi per al meno un quarto d'ora. Massaggiate poi le gambe con una miscela preparata con 100 ml di [olio di germe di grano](#) e 30 gocce d'**olio essenziale di Cipresso**. Fate assorbire completamente l'olio. Questa miscela risulta inoltre efficace per combattere gli inestetismi della cellulite.

Per le emorroidi:

nell'acqua del semicupio, sufficiente per coprire il bacino, mettete 15 gocce di **olio essenziale di Cipresso**, mescolate e rimanete immersi per un quarto d'ora.

Sciacqui per gengive sanguinanti:

in un bicchiere d'acqua, mettete 4/6 gocce di **olio essenziale di Cipresso**.
Fate sciacqui prolungati 2 o 3 volte al giorno

HE004 – CARDAMOMO (15ml) €28,00

Famiglia: Zingiberaceae

Da millenni questa pianta viene usata dalla medicina popolare cinese e ayurvedica, in India, per le sue notevoli proprietà.

Pianta erbacea perenne che cresce spontanea nelle zone a clima tropicale. Ricorda la canna comune che cresce anche ai bordi delle nostre strade.

Può raggiungere i 2/3 metri di altezza. Ha lunghe foglie lanceolate, sessili e fiori gialli. I frutti sono semi rossicci.

L'**olio essenziale** si ricava dai semi essiccati con il metodo della distillazione in corrente di vapore e si ottiene un liquido giallo paglierino che emana un intenso profumo speziato piuttosto dolce.

Carminativo, aromatico, antisettico, tonico. L'**olio essenziale di Cardamomo** è un ottimo digestivo e si rivela efficace per combattere il mal di stomaco, la cefalea, per favorire la digestione e per tonificare il sistema nervoso.

CONSIGLI PRATICI

Per il mal di stomaco:

in 1 cucchiaio di [olio di Mandorle dolci](#) diluite 4 gocce di **olio essenziale di Cardamomo**. Con questa miscela fate un massaggio delicato allo stomaco, badando a farla penetrare completamente. Coprite la parte con un panno caldo e stendetevi, fioche non si attenua il dolore.

Bagno tonificante:

nell'acqua della vasca mettete 12 gocce di **olio essenziale di Cardamomo**. Immergetevi e rimanete a occhi chiusi per almeno un quarto d'ora. Quando uscite dalla vasca massaggiate la spina dorsale con 2-3 gocce di **olio essenziale di Cardamomo** che avrete diluito in 2 cucchiaini di olio di Mandorle dolci.

Per l'alito cattivo:

mettete 4 gocce di **olio essenziale di Cardamomo** in mezzo bicchiere di acqua. Fate sciacqui alla bocca, due o tre volte al giorno.

Per la cefalea:

in 100 ml di acqua fredda mettete 3 gocce di **olio essenziale di Cardamomo**. Immergete una pezzuola e mettetela sulla fronte. Stendetevi a occhi chiusi per un quarto d'ora. Potete cambiare la pezzuola ogni cinque minuti. Potete anche tener pronta una miscela preparata con 50 ml di olio di Mandorle dolci e 8 gocce di **olio essenziale di Cardamomo**. Massaggiate quindi con questa miscela le tempie e la fronte, fino a completo assorbimento.

HE005 – YLANG-YLANG (15ml) **€20,00**

Famiglia: Arinoanceae

La medicina popolare considera i suoi fiori afrodisiaci, tanto che in alcuni villaggi si cosparge ancora il talamo nuziale con i loro petali. Albero tipico dei climi tropicali che può raggiungere i 20 metri di altezza. Ha foglie che possono essere sia rosa che gialle con una corolla divisa in numerosi petali, stretti e lunghi.

È originario dell'Asia tropicale è diffusamente coltivato a Giava, Sumatra e nel Madagascar.

L'**olio essenziale** si ricava dai fiori freschi con il metodo della distillazione in corrente di vapore e si ottiene un liquido giallo paglierino con un delicato profumo che ricorda quello del gelsomino.

Sedativo, ipotensivo, tonico, disinfiammante, antiseborroico. L'**olio essenziale di Ylang Ylang** risulta efficace per la depressione legata alla menopausa, per regolare la pressione e in generale per gli stati ansiosi.

CONSIGLI PRATICI

Per pressione alta e stati ansiosi:

come coadiuvante in caso di ipertensione, preparate 2 bacinelle di acqua calda, mettete 10 gocce di **olio essenziale di Ylang Ylang**, e immergete contemporaneamente mani e piedi. Teneteli immersi per almeno un quarto d'ora e ripetete l'operazione, quotidianamente, per una ventina di giorni.

Bagno rilassante:

nell'acqua della vasca mettete 20 gocce di **Ylang Ylang**. Rimanete immersi per una ventina di minuti. Quando uscite dalla vasca massaggiare tempie e fronte con 3 gocce di **olio essenziale di Ylang Ylang** diluite in mezzo cucchiaino di [olio di Mandorle dolci](#).

Per ansia e palpitazioni in menopausa:

in 200 ml di olio di Mandorle dolci diluite 35 gocce di **olio essenziale di Ylang Ylang**. Usate questa miscela per massaggiare le tempie e la colonna vertebrale. Il massaggio deve essere leggero e prolungato per far penetrare completamente l'olio. Bruciate poi nel l'apposito bruciatore per aromi alcune gocce dell'**olio essenziale di Ylang Ylang**, nell'ambiente in cui trascorrete la maggior parte del tempo durante la giornata e in camera da letto.

HE006 – LAVANDA (15ml) €18,00

Famiglia: Labiatae

Anticamente la **Lavanda** era considerata un rimedio efficace contro i morsi dei serpenti e i casi di avvelenamento. Era inoltre usata per la sua azione parassitocida, molto utile in secoli in cui l'igiene era, a dir poco, trascurata.

Arbusto perenne che può raggiungere l'altezza di un metro. Le foglie sono lineari, opposte a due a due non hanno picciolo e il loro colore è verde chiaro. I fiori, di un color violetto chiaro caratteristico (tanto che si usa dire "color lavanda") hanno una corolla tubolare, che si apre, in due labbra che si riuniscono a formare un' infiorescenza a spiga al termine dei rami. La **Lavanda** è originaria della zona mediterranea, ma è ormai coltivata in tutto il mondo. Predilige i terreni aridi e rocciosi, ben esposti al sole e non gradisce le piogge abbondanti.

L'**olio essenziale** si estrae dalle sommità fiorite fresche, da raccogliere durante il periodo della fioritura, mediante distillazione in corrente di vapore. Il prodotto ottenuto è un liquido giallo pallido che emana un profumo dall'intensa fragranza floreale.

Antisettico cicatrizzante, analgesico, tossifugo, antitossico, regolatore del sistema nervoso, deodorante. L'uso dell'**olio essenziale di Lavanda** è indicato per le affezioni delle vie respiratorie e per le malattie della pelle, per calmare emicrania e dolori mestruali, per disinfettare, per combattere la seborrea e per lenire il dolore dovuto alle punture d'insetto. Già molti secoli orsono si riconosceva alla **Lavanda** un effetto sul sistema nervoso, sia in caso di depressione, che in caso di stress o eccitabilità. In realtà l'essenza agisce come riequilibratore dei disturbi nervosi, calma in caso di eccitazione o nervosismo e agisce come stimolante in caso di apatia.

CONSIGLI PRATICI

Per tosse e raffreddamento:

mettete in una bacinella piena di acqua bollente 6 gocce di **olio essenziale di Lavanda**. Copritevi la testa con un asciugamano e respirate per due minuti, interrompete per altri due e riprendete. Ripetete per quattro o cinque volte. Potete anche inspirare per cinque minuti, interrompere per due e riprendere per altri cinque.

Per l'emicrania:

immergete una compressa di garza sterile in una bacinella di acqua fredda in cui avrete messo 6 gocce di **olio essenziale di Lavanda**. Applicare l'impacco sulla fronte e rinnovate la compressa quando si sarà scaldata.

Sciacqui per il mal di denti:

in 100 ml di acqua fredda mettete 4 gocce di **olio essenziale di Lavanda**. Fate sciacqui prolungati, insistendo sulla parte che duole.

Per le pelli arrossate dal sole:

diluite, in una crema fluida, 10 gocce di **olio essenziale di Lavanda** ogni 50 g di prodotto. Spalmare il composto sulla pelle e otterrete un effetto forte mente decongestionante.

Per le punture d'insetto:

applicare 1 o 2 gocce di **olio essenziale di Lavanda** direttamente sulla puntura. Calmerà il dolore in breve tempo.

Per i dolori mestruali:

diluite in 1 cucchiaio di [olio di Mandorle dolci](#) 4-5 gocce di **olio essenziale di Lavanda**, miscelate bene e massaggiate sulla parte dolente con movimenti lenti e delicati, per far penetrare bene l'olio.

Pediluvio:

(TONIFICANTE) 5 gocce di **olio essenziale di Lavanda** in una bacinella di acqua ben calda. Immergere i piedi per almeno ¼ d'ora. È un ottimo rimedio per riprendersi dopo una giornata faticosa.

Alitosi:

Diluire 2 gocce di **olio essenziale di lavanda** in un cucchiaio da tè di Brandy, unire ad un bicchiere di acqua calda e fare sciacqui due tre volte al giorno

Punture di Ragni:

3 gocce di ciascun olio essenziale di **Lavanda e Camomilla** in un cucchiaino di alcol e tamponare 3 volte al giorno

Punture di Vespa:

2 gocce di ciascun olio essenziale di **Lavanda e Camomilla** in un cucchiaino di alcol e tamponare 3 volte al giorno .

HE007 - GINEPRO (bacche) (15ml) €22,00

Famiglia: Cupressaceae

Nota fin dall'antichità soprattutto per le sue proprietà depurative e antisettiche. Lo si usava infatti, per disinfettare le navi provenienti da zone in cui si erano verificate epidemie.

Alberello non più alto di 5-6 metri, o arbusto di dimensioni variabili con foglie aghiformi di color verde scuro, che produce piccole bacche verdi il primo anno e nere in seguito. Cresce spontaneo in tutte le zone del nostro paese, dal mare alla montagna.

L'**olio essenziale** si ricava dai galbani con il metodo della distillazione in corrente di vapore e si ottiene un liquido giallo paglierino quasi incolore che emana un intenso profumo balsammico.

Depurativo diuretico, antisettico sedativo emmenagogo antinfluenzale. Con l'**olio essenziale di Ginepro** si ottengono ottimi risultati per le malattie dell'apparato respiratorio, di quello genito-urinario, per stimolare la diuresi e contro i reumatismi. Non va mai applicato direttamente sulla pelle, perché può irritare. Non è mai consigliabile un uso interno di quest' **olio essenziale** senza stretto controllo medico, comunque in nessun caso in gravidanza e in presenza di malattie renali.

CONSIGLI PRATICI

Per la cistite:

preparate l'acqua per un semicupio che copra tutto il bacino. Aggiungete 8 gocce di **olio essenziale di Ginepro** e rimanete immerse per almeno un quarto d'ora.

Ripetete quotidianamente, anche due volte al giorno, finché persiste il disturbo

Per cellulite e circolazione periferica rallentata:

preparate due bacinelle di acqua calda, aggiungete 6 gocce di **olio essenziale di Ginepro** per ciascuna. Immergete contemporaneamente mani e piedi e lasciateli immersi per un quarto d'ora. Ripetete, quotidianamente, per un paio di settimane.

Per le emorroidi:

in 300 ml di acqua, bollita e fatta raffreddare mettete 5-6 gocce di **olio essenziale di Ginepro**. Immergete una compressa di garza sterile e applicatela sulla parte cambiate l'impacco di tanto in tanto

Per la cellulite:

in 100 ml di olio di germe di grano diluite 25 gocce di **olio essenziale di Ginepro**. Mescolate bene e usate la miscela per massaggiare le gambe, partendo dal piede e risalendo fino alla zona dei fianchi. Ripetete quotidianamente, anche due volte al giorno.

Bagno antistress:

nell'acqua della vasca mettete 12 gocce di **olio essenziale di Ginepro**. Rimanete immersi nella vasca, al buio, per almeno una ventina di minuti. Questo bagno risulta più efficace se fatto la sera, prima di coricarsi.

HE008 - EUCALIPTO (15ml) €12,00

Famiglia: Mirtaceae

Questo albero è stato da sempre usato per bonificare le paludi, anche se non sempre con risultati brillanti.

Albero sempreverde molto alto, che può raggiungere anche i 100 metri di altezza, con corteccia color cenere, foglie alterne ovali e coriacee, piccoli fiori bianchi o leggermente rosati. Tutta la pianta emana un persistente profumo balsamico. Cresce lungo le coste e nei terreni umidi dell'Italia centrale.

L'**olio essenziale** si ricava dalle foglie e dai rametti giovani con il metodo della distillazione in corrente di vapore e si ottiene un liquido quasi incolore che emana un intenso profumo.

Antireumatico, antisettico, balsamico, decongestionante, deodorante e diuretico.

L'**olio essenziale di Eucalipto** dà buoni risultati sulle punture di insetti, per le malattie della pelle, per dolori artrici e muscolari, per il raffreddore, per la cistite e il mal di gola.

CONSIGLI I PRATICI

Suffumigi antinfluenzali:

in una bacinella di acqua bollente mettete 8-10 gocce di **olio essenziale di Eucalipto**. Copritevi il capo con un asciugamano e inspirate per 3-4 minuti. Interrompete brevemente e inspirate nuovamente, fino a che l'acqua continua a sprigionare il vapore. Ripetete due o tre volte al giorno, in caso di influenza o in generale di malattie da raffreddamento.

Per vermi intestinali:

in 300 ml di acqua, fatta bollire e la sciata intiepidire, mettete 12 gocce di **olio essenziale di Eucalipto**. Con quest'acqua fate un clistere, una volta al giorno, finché sarà necessario.

Per la tosse:

in 1 cucchiaio di [olio di Mandorle dolci](#) diluite 4 gocce di **olio essenziale di Eucalipto**. Con questa miscela frizionate il petto fino a completo assorbimento. Coprite con un panno di lana caldo. Ripetete la frizione due o tre volte al giorno.

Gargarismi:

in un bicchiere di acqua mettete 4-5 gocce di **olio essenziale di Eucalipto**. Usate l'acqua per fare gargarismi, almeno tre o quattro volte al giorno.

Per cistite e leucorrea:

in 300 ml di acqua, bollita e fatta raffreddare, mettete 8-10 gocce di **olio essenziale di Eucalipto** e usate quest'acqua per fare una lavanda vaginale quotidiana, finché persiste il disturbo. Per la cistite potete anche abbinare un semicupio in cui avrete messo 15 gocce di **olio essenziale di Eucalipto**.

Sulle punture di insetto e ferite:

in una bacinella di acqua fredda mettete 12-15 gocce di **olio essenziale** e fate impacchi direttamente sulla ferita o sulla puntura.

(PUNTURE DI ZANZARE)

diluire 10 gocce di ciascun **olio essenziale di Lavanda Timo ed Eucalipto** in 30 ml di olio vegetale. Frizionare il corpo per la notte

Diarrea:

(PER CAUSE VIRALI) sciogliere 1 goccia di **olio essenziale di Eucalipto** in 1 cucchiaio da tè di miele diluito in 1 tazza d'acqua. Sorseggiare lentamente

(DA CIBO)

2 gocce di **olio essenziale di Camomilla** 1 goccia di **Eucalipto** 3 gocce di **Menta Piperita**; sciogliere il composto in 1 cucchiaio da te di olio vegetale e massaggiare l'area addominale

(DIARREA DA NERVI) 1 goccia di **olio essenziale di Camomilla** 2 gocce di **Eucalipto** 3 gocce di **Lavanda**; sciogliere il composto in 1 cucchiaio da te di olio vegetale e massaggiare l'area addominale

HE010 - CITRONELLA (15ml)€12,00

Famiglia:Graminaceae

Per le sue qualità fortemente aromatiche la **Citronella** era utilizzata dalla medicina popolare per disturbi della digestione, per tenere lontano gli insetti, per le malattie da raffreddamento.

Pianta erbacea perenne, cespugliosa, che cresce spontanea in India ma che oggi viene coltivata nelle regioni a clima tropicale in Asia, America centrale e Africa.

L'**olio essenziale** si ricava dalla pianta intera con il metodo della distillazione in corrente di vapore e, se ne ottiene un liquido quasi incolore con un profumo dolce, e intenso.

Digestivo, insetticida, diuretico, deodorante, vermifugo.

CONSIGLI PRATICI

Per tenere lontano gli insetti:

mettete qualche goccia di olio in un bruciatore per essenze; terrà lontano le zanzare. Mettetene un po' su dei batuffoli di cotone che riporrete negli armadi e nei cassetti: terrà lontano le tarme e profumerà gradevolmente.

Per il raffreddore:

in una bacinella di acqua bollente mettete 8 gocce di **olio essenziale di Citronella**, copritevi il capo con un asciugamano e ispirate per 3-4 minuti, interrompete per un paio di minuti e riprendete a ispirare finché l'acqua non sprigionerà più vapore. Ripetete l'operazione per almeno tre volte al giorno.

Bagno deodorante:

nell'acqua della vasca mettete 12-15 gocce di **olio essenziale di Citronella**. Immergetevi per almeno un quarto d'ora. Questo bagno risulta particolarmente gradevole durante la stagione estiva, quando si suda molto.

Per il mal di testa:

diluite 3 gocce di **olio essenziale** di Citronella in 2 cucchiaini di [olio di Mandorle dolci](#). Massaggiate delicatamente fronte e tempie con questa miscela e stendetevi al buio finché il disturbo non sarà scomparso.

Crema contro le zanzare:

in 100 ml di crema idratante mettete 20 gocce di **olio essenziale di Citronella**. Mescolate a lungo, accuratamente, e usate questa crema sulla pelle, durante le sere d'estate, per tenere lontano le zanzare.

HE011 - GINGER (15ml) **€14,00**

L'olio essenziale di Ginger (Zingiber officinale) allevia con efficacia artrite, reumatismi e dolori muscolari, migliora la cattiva circolazione. Energia: riscaldante, disidratante. Massaggiato attorno allo stomaco e all'addome, lo zenzero diluito calma la digestione, tonifica e lenisce lo stomaco e stimola l'appetito. Aiuta ad attenuare nausea, cinetosi, dispepsia, dolori e diarrea. E' analgesico, antisettico e antiossidante, prezioso per prevenire e curare raffreddori, mal di gola e affezioni accompagnate da catarro. Attenua la tosse e può essere utile per l'influenza, perché favorisce la sudorazione. Inalato, combatte la confusione mentale ed aiuta ad attenuare la stanchezza e l'esaurimento nervoso. Stimola i riflessi e la memoria.

HE012 - GERANIO (15ml) **€15,00**

Famiglia: Geraniaceae

Il **Geranio** fu introdotto in Europa nel XVII secolo dai coloni inglesi e olandesi. Oggi è diffusissimo, soprattutto come pianta ornamentale. In passato era ampiamente usato per combattere le emorragie grazie alla sua forte azione astringente.

Questa pianta perenne con fusti ramificati, coperti da peluria, può raggiungere il metro di altezza. Le foglie sono cuoriformi alla base, i fiori sono piccoli rosa, rossi, lilla, sono riuniti a mazzetti.

Il **Geranio** predilige un terreno ben esposto al sole e i climi caldi. Se lo si coltiva in zone fredde, occorre proteggerlo durante i mesi invernali.

L'**olio essenziale** si estrae dai fiori e foglie mediante la distillazione in corrente di vapore. Il prodotto ottenuto è un olio verdastro con un particolare profumo dolciastro.

Astringente, cicatrizzante, deodorante, insettifugo, stimolante della circolazione, disinfettante. I massaggi con **olio essenziale di Geranio** servono a stimolare la circolazione e a trattare le zone affette da cellulite. Gli impacchi con l'essenza si dimostrano particolarmente efficaci sulle zone interessate da acne, foruncoli e couperose. Usato per gargarismi e sciacqui, aiuta nei casi di infiammazione del cavo orale e di mal di gola. Quest'**olio essenziale** viene diffusamente usato dall'industria cosmetica e da quelle alimentare e liquoristica.

CONSIGLI PRATICI

[Impacchi per acne e foruncolosi:](#)

a circa 200 ml di acqua fredda aggiungete 8 gocce di **olio essenziale di Geranio**. Con compresse di garza sterile fate impacchi sulla parte interessata, badando a cambiare la compressa quando si riscalda.

[Crema per couperose:](#)

in 50 ml di crema idratante aggiungete 20 gocce di **olio essenziale di Geranio** e 10 gocce di essenza di Rosa.

[Sciacqui e gargarismi:](#)

in un bicchiere d'acqua a temperatura ambiente mettete 6 gocce di **olio essenziale di Geranio**. Fate sciacqui per le infiammazioni della bocca e gargarismi per il mal di gola.

[Massaggi per la circolazione e la cellulite:](#)

in 4 cucchiari di [olio di germe di grano](#) mettete 15 gocce di **olio essenziale di Geranio**. Con questa miscela massaggiate le parti interessate da insufficienza circolatoria o da cellulite.

[Per tenere lontano gli insetti:](#)

ambiente - mettete nel diffusore di essenze qualche goccia di **olio essenziale di Geranio**.

corpo - a 100 ml di latte per il corpo aggiungete 40 gocce di **olio essenziale di Geranio**, emulsionate e massaggiate questo efficace preparato sulla pelle per tenere lontano le zanzare.

HE013 – MANDARINO (15ml) €18,00

Famiglia: Rutaceae

Il **Mandarino** veniva offerto nell'antica Cina ai Consiglieri celesti, i Mandarini appunto, da cui deriva il nome.

Piccolo albero alto circa 5 metri con foglie ovali, lucide, piccoli fiori molto profumati, bianchi, un frutto rotondo con buccia color arancio e all'interno diviso in spicchi ricchi di succo. Il **Mandarino** è originario dell'Estremo Oriente, ma è oggi molto diffuso anche nelle regioni mediterranee

L'olio essenziale si ricava dalla buccia del frutto con il metodo della spremitura a freddo e si ottiene un liquido color arancio con un intenso profumo di agrumi, piuttosto dolce.

Digestivo, carminativo, antisettico. L'**olio essenziale di Mandarino** dà buoni risultati per la cura dell'acne e della pelle grassa, per facilitare la digestione, per combattere l'insonnia, in particolare quella dei bambini.

CONSIGLI PRATICI

[Per facilitare la digestione dei bambini:](#)

diluite in 2 cucchiaini di **olio di Mandorle dolci** 3 gocce di **olio essenziale di Mandarino** e massaggiare delicatamente lo stomaco del bambino, fino a completo assorbimento. Coprite poi con un panno caldo di lana. Questa miscela serve anche a calmare piccole coliche dovute a gas intestinale.

[Crema per pelle grassa:](#)

in 50 ml di crema idratante mettete 25 gocce di **olio essenziale di Mandarino**. Fate amalgamare bene l'**olio essenziale** con la crema. Dopo la pulizia del viso abituale fate assorbire questa crema, due volte al giorno.

[Per favorire il sonno dei bambini:](#)

in un bruciatore per essenze o in un apparecchio per umidificare l'aria, mettete 7-8 gocce di **olio essenziale di Mandarino** e ponete (l'uno o l'altro apparecchio) nel locale in cui dorme il bambino.

[Maschera per pelle grassa:](#)

in tre cucchiai di yogurt intero mettete 5 gocce di **olio essenziale di Mandarino** e 1 cucchiaio di farina di avena. Stendete il composto sul viso e tenetelo per una ventina di minuti. Levatelo con acqua tiepida e ripetete la preparazione almeno una volta alla settimana.

[Bagno rilassante:](#)

all'acqua della vasca aggiungete 20 gocce di **olio essenziale di Mandarino**. Rimanetevi immersi per un quarto d'ora, venti minuti. Questo bagno rilassa e favorisce il sonno, è quindi bene farlo la sera prima di coricarsi.

HE014 – PALMAROSA (15ml) €16,00

L'essenza di **palmarosa** è composta principalmente da geraniolo, farnesolo, dipentene e limonene. Grazie alla capacità del geraniolo di equilibrare la produzione di sebo e di umidità della pelle, l'olio è indicato sia per pelli secche e sensibili sia grasse. Il limonene presente, dalla blanda azione rivitalizzante, è d'aiuto nella cura di tensioni muscolari e nella prevenzione di dolori di origine nervosa.

Applicazioni con l'essenza di palmarosa:

Per ottenere un **olio** molto delicato, idratante e protettivo miscelare essenza di palmarosa e di geranio con olio di semi di girasole o di mandorle. Dopo il bagno o la doccia massaggiare tutto il corpo con questo olio.

Bagno rilassante Per rilassarsi dopo una giornata faticosa può aiutare un bagno completo caldo con essenza di palmarosa, bergamotto e panna.

Contro i dolori alla nuca Impacchi di essenza di palmarosa sono molto utili per lenire dolori alla nuca simili a crampi, dovuti a tensione.

Aiuto naturale contro i foruncoli L'olio essenziale di Palmarosa regola l'attività delle ghiandole sebacee ed è un buon rimedio in caso di impurità della pelle. Aggiungere al tonico per il viso alcune gocce di essenza e utilizzarlo ogni giorno dopo la pulizia del viso.

Per consolare L'essenza di palmarosa è d'aiuto per combattere la depressione in seguito alla perdita di una persona cara. Versare alcune gocce di olio di palmarosa, basilico e macis nel diffusore per gli aromi.

Uso esterno: l'olio di palmarosa è in grado di attenuare le cicatrici. Infatti, rinforza la pelle e stimola la rigenerazione cellulare. Miscelare 15 gocce di essenza a 50 ml di olio di semi di girasole e massaggiare le parti interessate più volte al giorno.

In caso di tensioni muscolari sono d'aiuto massaggi con olio a base di essenza di palmarosa. Aggiungere 35 gocce a 100 ml di olio di mandorle e massaggiare delicatamente i muscoli dolenti più volte al giorno.

In caso di nervosismo e pressione alta l'olio essenziale di palmarosa sembra essere un buon rimedio. Assumere un cucchiaino di miele con 2 gocce di Palmarosa e bere subito dopo un bicchiere d'acqua calda.

In caso di coliche gastrointestinali è d'aiuto l'essenza di palmarosa. Bere a piccoli sorsi un bicchiere di tisana con 1 cucchiaino di sciroppo di acero e 2 gocce di palmarosa.

HE015 – CEDRO (15ml) €14,00

Famiglia: Pinaceae

Gli antichi lo utilizzavano ampiamente per costruire le loro abitazioni perché l'aroma che si sprigionava fungeva da repellente per gli insetti. In Egitto, inoltre, era utilizzato, insieme ad altre essenze, durante il processo di imbalsamazione e per preservare i papiri dalla distruzione.

Maestoso albero dalla caratteristica forma a piramide, sempreverde, che può raggiungere e superare i 30-35 metri di altezza.

È un albero molto ricercato per il suo pregiatissimo legname. Il legno del suo tronco e dei suoi rami è ricco di **olio essenziale** e quindi emette un intenso aroma.

Questo albero è originario delle regioni montuose dell'Africa del nord.

L'**olio essenziale**: si ricava dal legno per distillazione in corrente di vapore e si ottiene un liquido giallo, piuttosto denso, con un profumo dolce e balsamico molto intenso.

Astringente, espettorante, antisettico, antidolorifico. L'**olio essenziale di Cedro** risulta efficace per acne, foruncolosi e malattie della pelle in generale, per la pelle grassa e l'eccesso di sebo sulla cute, per i dolori reumatici e per il raffreddore.

CONSIGLI PRATICI

Per tosse con catarro:

in 1 cucchiaino di [olio di Mandorle dolci](#) diluite 4 gocce di **olio essenziale di Cedro**. Con questa miscela massaggiare il petto e la parte alta della schiena, fino a completo assorbimento. Coprite quindi con panni di lana caldi. È bene eseguire questa operazione la sera, prima di coricarvi. Se invece siete costretti a letto dall'influenza, ripetete questo massaggio due o tre volte al giorno.

Per dolori reumatici:

in 100 ml di olio di Mandorle dolci mettete 15 gocce di **olio essenziale di Cedro**. Usate questa miscela per massaggiare la zona dolente una o due volte al giorno. Se potete coprite poi con un panno di lana caldo.

Impacchi per acne e foruncolosi:

in 200 ml di acqua mettete 12 gocce di **olio essenziale di Cedro**. Immergete nel preparato delle compresse di garza sterile e applicatele sulla parte interessata. Cambiate le compresse ogni volta che si saranno riscaldate. Continuate per un quarto d'ora, venti minuti.

Per pelle grassa e impura:

in 50 ml di crema idratante mettete 10 gocce di **olio essenziale di Cedro**. Mescolate a lungo per far amalgamare bene olio e crema. Usate la crema mattina e sera, dopo un'accurata pulizia dell'epidermide del viso.

Per eccesso di sebo sulla cute:

in 100 ml di olio di Mandorle dolci, diluite 15 gocce di **olio essenziale di Cedro**. Con questa miscela massaggiare a lungo la cute, prima dello shampoo. Ripetete almeno due volte alla settimana.

HE016 – POMPELMO (15ml) €14,00

Azione terapeutica del **pompelmo**: I componenti principali dell'olio essenziale di pompelmo sono limonene, pinene, citionellale, cumarine e geraniolo. Pinene e limonene svolgono un'azione rinfrescante e tonificante su tutto l'organismo. Inoltre, grazie alla loro capacità di stimolare il metabolismo e coadiuvare il corpo nell'eliminazione di tossine dai tessuti, sono d'aiuto in caso di **cellulite** ed edemi. Infine supportano il flusso linfatico.

L'**essenza di pompelmo** grazie al geraniolo in essa contenuta, aiuta a rassodare e ammorbidire la pelle. Per questo motivo è ingrediente di molti prodotti per la pelle.

Contro le impurità della pelle L'azione leggermente antisettica dell'olio essenziale di pompelmo lo rende un rimedio erboristico utile per curare infiammazioni e brufoli dovuti all'**acne**. Utilizzare mattina e sera un'acqua per il viso che contenga l'essenza.

Olio tonificante per il corpo Per tonificare la pelle è indicato un massaggio con olio di mandorle con l'aggiunta di essenza di pompelmo e di geranio. Dopo aver fatto la doccia massaggiare tutto il corpo con movimenti regolari, partendo dai piedi e risalendo. In questo modo si aiuta a stimolare la circolazione e l'irrorazione sanguigna.

Dopo lo sport Una miscela di essenza di pompelmo, rosmarino e olio di girasole può essere d'aiuto per rilassare muscoli che siano stati sottoposti a intenso sforzo.

Contro i piedi gonfi per alleviare il fastidio di piedi stanchi e gonfi fare un pediluvio con acqua tiepida e alcune gocce di essenza di pompelmo e aceto versate nell'acqua.

Uso esterno

L'essenza di pompelmo ha proprietà cicatrizzanti. Ogni giorno massaggiare la ferita in via di guarigione con 50 ml di olio d'oliva e 10 gocce di essenza di pompelmo.

L'essenza di pompelmo è indicata nella cura di pustole infiammate e che stentano a guarire. Tamponare più volte al giorno la zona interessata con essenza pura.

L'essenza di pompelmo è d'aiuto per allontanare la stanchezza. Fare un bagno caldo (per 20-30 minuti al massimo) con l'aggiunta di 15 gocce di essenza di pompelmo e 8 gocce di essenza di mandarino in 200 ml di latte intero oppure 4-5 cucchiaini di panna liquida.

Uso interno

In caso di disturbi di stomaco e sensazione di pienezza l'essenza di pompelmo è antispastica e stimola la produzione di succhi gastrici. Assumerne 2 gocce con 1 cucchiaino di miele, poi bere un bicchiere d'acqua calda a piccoli sorsi.

Per depurare il sangue e fortificare le difese immunitarie nel periodo primaverile o autunnale bere 1 tazza di tisana di ortica con 1 goccia di essenza di pompelmo e 1 cucchiaino di miele, ogni giorno, per un periodo di 4 settimane

HE017 – BASILICO (15ml) €26,00

Famiglia: Labiateae

La medicina ayurvedica utilizza questa pianta per curare le malattie respiratorie e come antidoto ai morsi di insetti e serpenti. In India il **Basilico** veniva usato per disinfettare le case in cui vi era un malato di malaria.

Questa pianta erbacea annuale, con fusto a sezione quadrangolare, può raggiungere l'altezza di mezzo metro. Le foglie sono ovali, con margine intero, di un bel colore verde intenso sulla superficie superiore e più chiaro in quella inferiore. Tutta la pianta emana un intenso aroma. I fiori sono piccoli, bianchi e si riuniscono in infiorescenze a spiga al termine dei fusti. Il **Basilico** è originario delle zone tropicali asiatiche e africane e ormai coltivato in tutto il mondo per uso culinario

L'**olio essenziale di Basilico** viene estratto dalla parte aerea della pianta fresca mediante distillazione in corrente di vapore. Il prodotto ottenuto è un liquido di color paglierino con un'intensa fragranza.

Digestivo, carminativo, antisettico, espettorante, stimolante antispasmodico.

Usato per fare inalazioni e frizioni, aiuta a calmare la tosse e a eliminare il catarro. L'**olio essenziale di Basilico** aiuta, inoltre, la digestione e combatte l'aerofagia. Risulta utile trattare con quest'essenza i dolori reumatici e muscolari poiché riattiva la circolazione. Durante l'estate è utile usare un olio a base di essenza di **Basilico** o tenere a portata di mano l'essenza stessa, per tenere lontano gli insetti e attenuare il dolore in caso di puntura.

CONSIGLI PRATICI

[Per tosse e catarro:](#)

in una bacinella di acqua bollente mettere 8 gocce di **olio essenziale di Basilico**. Copritevi il capo con un asciugamano e inspirate il vapore per 5 minuti, interrompete per 2 e inspirate per altri 5. Ripetete l'operazione ancora una volta. Fate le inalazioni due volte al giorno. Prima di coricarvi diluite 3 gocce di essenza in un cucchiaino di olio di germe di grano e massaggiate il petto fino al completo assorbimento del preparato.

[Per il mal di testa:](#)

ungete i polpastrelli con un paio di gocce di **olio essenziale di Basilico** e massaggiate lentamente, con un movimento circolare, le tempie e la fronte.

[Per digestione e aerofagia:](#)

diluite in 2 cucchiaini di [olio di germe di grano](#) 5 o 6 gocce di **olio essenziale di Basilico**. Miscelate bene e massaggiate delicatamente stomaco e addome, fino al completo assorbimento.

[Per reumatismi e dolori muscolari:](#)

in 250 ml di olio di germe di grano diluite 40 gocce di **olio essenziale di Basilico**. Usate questa miscela per massaggiare la parte dolente.

HE018 – SALVIA (15ml) €16,00

Famiglia: Labiateae

Anticamente si riteneva che la **Salvia** favorisse la fertilità delle donne. Pianta erbacea perenne, cespugliosa, sempreverde, che raggiunge l'altezza di 70-80 centimetri; foglie ovali di color verde argenteo, tomentose, con fiori violetti con colonna tubolare, riuniti a gruppetti. Cresce un po' ovunque nell'Europa meridionale.

L'**olio essenziale** si ricava dalle foglie, già essiccate, con il metodo della distillazione in corrente di vapore e si ottiene un liquido giallo che emana un profumo intenso, leggermente canforato.

Disinfiammante, antisettico, digestivo, emmenagogo, antisudorifero. L'**olio essenziale di Salvia** è sempre controindicato nel periodo della gravidanza e dell'allattamento. Si ottengono buoni risultati con quest'essenza in presenza di malattie dell'apparato respiratorio, quali asma e bronchite, per eliminare infiammazioni urogenitali, per stimolare la comparsa del ciclo e per la pelle grassa.

CONSIGLI PRATICI

Suffumigi per asma e bronchite:

in una bacinella di acqua bollente mettete 12 gocce di **olio essenziale di Salvia**. Coprite il capo con un asciugamano e ispirate profondamente interrompendo di tanto in tanto, fino a esaurimento del vapore prodotto dall'acqua. Ripetete i suffumigi, una o due volte al giorno, fino alla completa scomparsa dei disturbi.

Per favorire la comparsa del ciclo:

una settimana prima della data prevista, fate un semicupio caldo al giorno, badando che l'acqua copra completamente il bacino, e aggiungete 15 gocce di **olio essenziale di Salvia**. Rimanete immerse 15-20 minuti.

Irrigazioni per infiammazione vaginale:

in 300 ml di acqua, bollita e raffreddata, mettete 12 gocce di **olio essenziale di Salvia**. Con quest'acqua fate una lavanda vaginale. Ripetete l'operazione, una volta al giorno, fino alla scomparsa del disturbo.

Impacchi per pelle grassa:

in 200 ml di acqua mettete 10-12 gocce di **olio essenziale di Salvia**. Con pezzuole di tela o con compresse di garza fate impacchi prolungati sulla pelle del viso. Fate questi impacchi per al meno un quarto d'ora e ripeteteli, due volte alla settimana, regolarmente.

Per il sudore eccessivo dei piedi:

aggiungete all'acqua del pediluvio 15 gocce di **olio essenziale di Salvia**. Tenete i piedi immersi per una ventina di minuti. Ripetete questo pediluvio quotidianamente.

Per ridurre la secrezione di sudore generale:

all'acqua della vasca aggiungete 20 gocce di **olio essenziale di Salvia**. Fate un bagno di almeno 20 minuti, la sera, prima di andare a letto. Ripetete questa operazione quotidianamente, specie durante la stagione estiva. Buoni risultati si ottengono anche con manicure e pediluvio a cui si aggiungono 8 gocce di **olio essenziale di Salvia**.



BM701-RILASSANTE (100ml) €17,00

Ingredienti: Vinaccioli, mandorle dolci, oli essenziali, lavanda, arancio, palissandro, mandarino, Lime, Geranio

BM702-RASSODANTE (100ml) €17,00

Ingredienti : Vinaccioli, mandorle dolci, oli essenziali di arancia, bergamotto, eucalipto, rosmarino, Geranio, Menta.

BM703-TONIFICANTE (100ml) €17,00

Ingredienti : Vinacciolo, di Mandorle Dolci, essenziale olio di eucalipto, pino, Patchouli, Ylang - Ylang, Geranio, Menta.

BM704-DECONTRATTURANTE (rilassamento muscolare) (100ml) €17,00

Ingredienti Vinacciolo di Mandorle Dolci OLI ESSENZIALI Rosmarino, Canfora, Cipresso, Lavanda, bacche di ginepro, eucalipto, assenzio, pino.

