

● **Precauzioni d'uso degli oli essenziali** **Leggere prima di ogni utilizzo**

- **Utilizzate gli oli essenziali con moderazione e con attenzione.** Queste essenze sono molto forti e, ai fini dell'assunzione per via orale, devono essere diluite in una sostanza veicolare come olio, miele, zucchero o capsule.
- Gli oli essenziali non devono essere applicati sugli occhi, sul contorno occhi, né sulle orecchie. In caso di contatto, applicate abbondante olio vegetale, poi risciacquate con acqua. Consultate immediatamente un medico.
Gli oli essenziali devono necessariamente essere diluiti per essere applicati sulle mucose.
- Tenete sempre gli oli essenziali fuori dalla portata e nascosti alla vista dei bambini. Per la loro sicurezza, non rimuovete mai la capsula contagocce dai flaconi degli oli essenziali.
- Alcuni oli essenziali* del nostro assortimento possono essere irritanti o fotosensibilizzanti. **La maggioranza degli oli essenziali è per uso cutaneo e va diluita in un olio vegetale.** Vi raccomandiamo di effettuare sempre un test di tolleranza cutanea nella piega del gomito per almeno 48 ore prima di qualunque utilizzo allo stato puro o diluito sulla pelle. Se notate una reazione (rossore, irritazione, pizzicore...), evitate di utilizzare la miscela.
- Alcuni oli* sono fotosensibilizzanti. Dopo l'applicazione di questi oli, non vi esponete al sole o raggi UV per almeno 6 ore.
- In linea generale, **si sconsiglia l'utilizzo di oli essenziali a donne incinte o che allattano al seno, a persone epilettiche, ipersensibili o che presentano un cancro di natura ormonale e in generale persone con problemi di salute. Non utilizzare oli essenziali su neonati o bambini sotto i 3 anni senza prima aver consultato un medico. Utilizzare sui bambini di più di 3 anni esclusivamente sotto controllo medico.**
- Le iniezioni di oli essenziali sono rigorosamente proibite.
- In caso di allergie respiratorie o asma, evitate di inalare direttamente i vapori di oli essenziali.
- Non associare l'assunzione di oli essenziali a trattamenti medici.
- Consultate un medico per ogni indicazione terapeutica o trattamento per via orale. Gli oli essenziali devono essere diluiti in un support tipo olio, miele, zucchero o compressa neutra per l'uso orale.
- Per gli oli essenziali e gli idrolati suscettibili di un uso alimentare, rispettate i dosaggi seguenti :
 - Oli essenziali : 1 o 2 gocce per un pietanza per 4 persone
 - Idrolati : 1 o 2 cucchiaini da caffè per litro di bevanda, 1 o 2 cucchiaini da minestra per chilo di preparazione
- In caso di ingestione accidentale, bevete più cucchiaini di olio vegetale affine di diluire l'olio essenziale, contattate un centro anti-avvelenamento e consultate un medico.
- In caso di dubbio o di domande specifiche, consultate il vostro medico il prima possibile.
- **Lista dei nostri principali oli essenziali che possono essere irritanti o avere effetti indesiderati :** Achillea Millefoglie, Aglio, Ajowan, Mandorla amara, Aneto, Anice, Balsamo di Copahu, balsam del Perù, Bay Saint Thomas, Betulla near, Cannella di Ceylon (scorza o foglia), Cannella cinese, Cannella Tamala, Carvi, Cedro dell'Atlantico, Cedro dell'Himalaia, Cumino, Curcuma, Cipresso di Provenza / sempre verde, Dragoncello, Eucalipto cryptone, Eucalipto globulus, Eucalipto mentolato, Finocchio dolce, Gaultheria distesa, Gaultheria profumata, Garofano (chiodo e foglia), Elicrisi italiana, Inula profumata, Khella, Lantana, Alloro, Lemongrass, Mastiche Pistacchio, Citronella, Melissa, Menta selvatica, Menta in polvere, Menta verde, Millepertuis, Noce moscata, Origano compatto, Origano Kaliteri, Origano volgare, Prezzemolo, Pino Silvestre, Rosmarino canforato, Rosmarino verbenone, Pino baumier, Santoreggia, Olio aromatico alla Salvia officinale, Serpillo, Tageto, Trementina, Tanasia annuale, Terebentina, Timo satureoides, Timo volgare a timolo, Verbena, Ylang-Ylang.
- **Lista dei nostri oli essenziali che possono essere fotosensibilizzanti :** Angelica, Bergamotto, Sedano, Limone, Lime, Khella, Livecchio, Madarino (giallo, rosso, verde), macerato oleoso dell'Erba di San Giovanni, Arancia, Arancia Rossa, Pompelmo, Tageto, Verbena.

Le informazioni riguardanti gli oli essenziali disponibili sul nostro sito internet, sul nostro catalogo e sui nostri foglietti illustrativi sono offerte a titolo soltanto informativo. Esse rappresentano un sunto delle nostre letture di varie opere riguardanti l'aromaterapia.

In nessun caso esse devono essere considerate informazioni mediche, né comportare una nostra responsabilità.

● **Buone pratiche per la creazione di cosmetici fatti in casa** **Leggere prima di ogni preparazione**

Ecco alcune avvertenze da leggere prima di iniziare l'elaborazione dei vostri prodotti cosmetici :

- **Alcuni ingredienti possono suscitare allergie:** fate **sempre** un test preliminare di applicazione della vostra miscela nella piega del gomito su una superficie di circa 1 cm² per un periodo minimo di 48 ore, onde verificare possibili reazioni (pizzicore, rossore, problemi respiratori,...) prima di utilizzare la vostra preparazione.
- Tutti i prodotti cosmetici contenenti una parte acquosa (acqua, idrolati) sono **molto sensibili all'inquinamento microbiologico**. È quindi indispensabile assicurare un'igiene perfetta durante la preparazione delle creme « fatte in casa » :
 1. **Disinfettate** gli utensili e i contenitori che utilizzerete: passandoli per 10 minuti sotto l'acqua bollente e poi asciugandoli con cura con un panno asciutto e pulito, oppure sciacquandoli con alcool farmaceutico e poi lasciandoli asciugare all'aria aperta.
 2. **Lavatevi le mani prima di iniziare** e indossate guanti puliti
 3. **Evitate il contatto** delle mani con la preparazione e preferite i flaconi con erogatore a pompa ai vasetti.
 4. **Conservate le vostre creazioni più delicate al fresco** e utilizzatele rapidamente.
 5. **Utilizzate «conservanti naturali»** approvati, come il Cosgard Aroma-Zone (rispettate il dosaggio consigliato).
 6. **Non esitate a gettare** la vostra preparazione ai primi segni di muffa o alla comparsa di odori sgradevoli o cambi di aspetto...
- Durante la preparazione, potrebbe essere necessario riscaldare considerevolmente alcune delle sostanze utilizzate. Al fine di evitare bruciate e scoppi, sarà necessario osservare le precauzioni d'uso. Si consiglia di indossare occhiali protettivi.
- Le vostre creazioni dovranno essere etichettate con cura, datate e conservate fuori dalla portata dei bambini.
- **Rispettate i dosaggi indicati. Al momento della preparazione, compilate un diario di tracciabilità, annotando la composizione del prodotto e i tipi di ingredienti utilizzati, così come la data di produzione.**

Le ricette dei cosmetici « fatti in casa » disponibili sul nostro sito e nei nostri documenti sono esempi dell'utilizzo dei nostri ingredienti a titolo illustrativo ; questi esempi non possono in alcun caso comportare un'assunzione di responsabilità da parte nostra. Si tratta di opere originali, protette dal diritto d'autore. Non possono essere utilizzate a fini commerciali, se non tramite accordi individuali e limitati.

LE MIE CURE NATURALI INDISPENSABILI

 **3 minuti**
di orologio !

 **CONSERVAZIONE**
~ 3 mesi



FRIZIONE « CRESCITA DEI CAPELLI »



+



+



=



2 cucchiaini di
olio vegetale di
Senape BIO

2 cucchiaini di
olio vegetale di
Ricino BIO

3 gocce di
olio essenziale di
Pepe nero

Frizione
« Crescita dei capelli »
2,20 €

GLOSS «KISS ME»



+



+



+



=



2 cucchiaini da 2 ml
di Base Trucco
Gloss

1 cucchiaino da 0,5 ml
di olio vegetale Cassis

1 cucchiaino da 0,5 ml
di Hibiscus in polvere

5 gocce di estratto
aromatico di Mandorla
di Ciliegia BIO

Gloss «Kiss me»
0,89 €

CREMA DETERGENTE PELLE MORBIDA



+



+



=



10 ml di Schiuma
di tensioattivo
Babassu

72 gocce di
fraganza cosmetica
Body Butter

90 ml di
Detergente neutro
crema BIO

**Crema Detergente pelle
morbida**
2,97 €

SHAMPOO «NO POO»



+



+



+



=



5 cucchiaini di
Reetha in polvere

3 cucchiaini di
Multani Mitti in
polvere

1 cucchiaino di
Amla BIO in polvere

1 cucchiaino di
Arancio in polvere

Shampoo «No poo»
0,63 €