

# Huile essentielles et préconception.



99

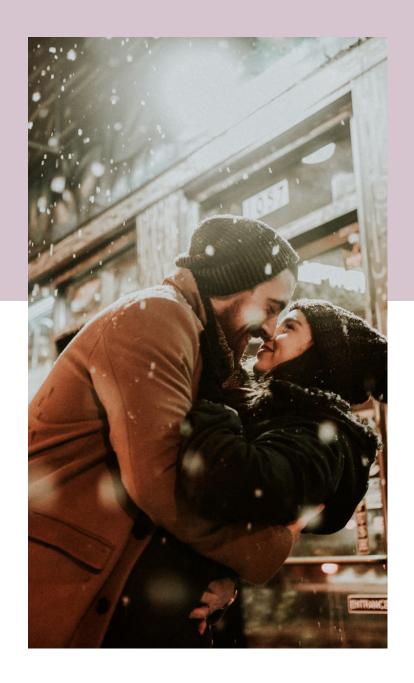
Lâcher prise.

## PRÉCONCEPTION

C'EST QUOI?

La période de la préconception commence au moment où l'envie de concevoir un enfant arrive dans votre vie.

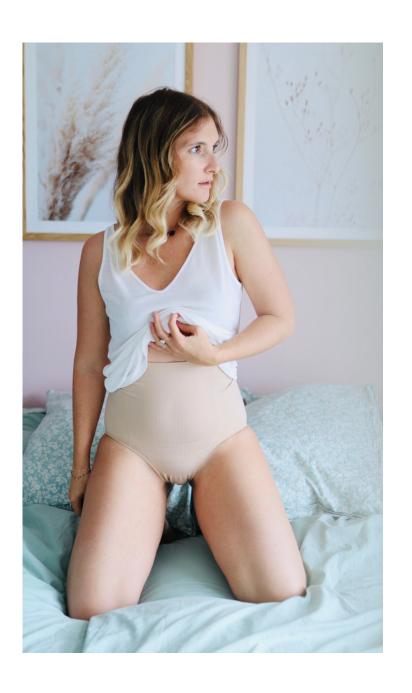
Un chapitre parfois plus long pour certain couple que pour d'autres, celui-ci est tout aussi important que les autres étapes de la maternité.





## LIBIDO

Huile d'ylang-ylang (cananga odorata): Le puissant parfum harmonisant est réputé pour réguler les hormones et avoir un effet relaxant et aphrodisiaque. Utilisation: Ajouter 1-2 gouttes d'huile d'ylang-ylang à un mélange d'huile végétale.



## HORMONES

Huile de géranium (herbe à Robert): Harmonise les hormones féminines, améliore l'humeur et a un effet anti-anxiogène.
Utilisation: Ajouter 1 goutte d'huile de géranium à un mélange d'huile végétale, que vous pouvez aussi combiné à la sauge sclarée.



## FERTILITÉ



## EMOTIONS

La gestion des émotions est primordiale durant la phase de la préconception, mais également durant toutes les autres phases de la maternité.
Stress, angoisse, peur, dépression ... il existe une collection parfaite pour vous aider et programmer vos



COLLECTION

## ÉMOTIONS

Balance, Elevation, Lavender, Citrus Bliss.

### MA TROUSSE IDÉALE PRECONCEPTION?

### **GERANIUM**

Equilibre hormonal, vergetures, libido, equilibre de la peau.

### **SAUGE SCLARÉE**

Hormone, douleur, intimité, règles, ménopause.

#### YLANG YLANG

Libido, stress, relaxation, sommeil, énergie sacré.

### **COLLECTION EMOTIONS**

Balance = equilibre

Motivate = motivation

Elevation = confiance

Serenity = stress, angoisse, sommeil

Toujours utiliser des huiles essentielles de grade thérapeutique.

Toujours diluer vos huiles essentielles dans une huile végétale pour une utilisation à même la peau.

Toujours demander l'avis de votre médecin, en cas de doute.

