

LES HUILES VÉGÉTALES

« COSMÉTIQUES »



Comment les utiliser pour les soins du corps ?

Nous avons, en rayon cosmétique, des huiles vierges conditionnées, généralement en 50 ml car elles rancissent facilement. Naturellement, une huile cosmétique de bonne qualité et pure peut être ingérée. Par conséquent, les huiles du rayon alimentaire peuvent être employées pour les soins du corps (moins cher au litre mais ce sont les mêmes !).

Pour les soins du visage, compter environ 2 mois d'utilisation pour de bons résultats. Mais une amélioration se produit généralement dès les premières applications. Il est très intéressant d'y associer une cure en interne également (gélule d'onagre, de bourrache, de lin, etc.).

Vous pouvez profiter des qualités des huiles de votre choix en les utilisant à la place des crèmes de jour ou nuit et/ou en remplacement d'un démaquillant yeux et visage (en massant délicatement, très très efficace).

Il est encore plus intéressant d'associer huile végétale + huile essentielle ; en massage du corps, bien sûr, mais aussi pour le visage. Comptez 1 à 2 gouttes d'huile essentielle de votre choix à mélanger dans une petite cuillère à café d'huile végétale. On peut préparer le mélange à l'avance en quantité plus importante.

Les huiles doivent se conserver loin d'une source de chaleur (ou mieux, au réfrigérateur) car elles sont fragiles et peuvent rancir.

Pour les soins des cheveux et cuirs chevelus, appliquer les huiles sur cheveux mouillés et essorés. Enveloppez d'une serviette (chaude si possible) et gardez au moins 1/2h. Faire ce soin aussi souvent que possible. On peut garder la tête enveloppée toute une nuit pour plus d'efficacité. Là encore, on peut ajouter des huiles essentielles pour un effet optimum.

Les huiles végétales peuvent être utilisées par les femmes enceintes (prévention des vergetures avec la rose musquée, massage du périnée avec le germe de blé par exemple) et les bébés (amande douce).

Attention !

Ne pas utiliser un mélange huile végétale + huiles essentielles pour les femmes enceintes et les enfants de moins de 3 ans.

**LE BIO ACCESSIBLE À TOUS :
UNE NÉCESSITÉ**

LES HUILES VÉGÉTALES

« COSMÉTIQUES »



Les propriétés des différentes huiles

• Huile d'amande douce

- contient de la vitamine A, D, et E ;
- nourrissante, émolliente, adoucissante ;
- calme les démangeaisons ;
- active la cicatrisation de la peau ;
- aide à éliminer les pellicules ;
- contre les gerçures des seins, crevasses ;
- peut être utilisé pour la toilette de bébé ;
- démaquillage des peaux fragiles et sèches.

• Huile d'argan

- très riche en vitamine E ;
- raffermissante (poitrine), adoucissante, assouplissante, cicatrisante, nourrissante ;
- idéal pour les peaux très sèches, déshydratées, ridées, dévitalisées ;
- protège des agressions du froid et du soleil ;
- gerçures, cicatrisation des brûlures ;
- brillance des cheveux, soins des ongles abîmés ;
- cicatrices d'acné et de varicelle.

• Huile de jojoba

- nourrissante, revitalisante ;
- très bon soin des cheveux : ils deviennent plus épais, brillants, enraye leur chute, favorise la repousse, rééquilibre les cheveux gras, nourrit les cheveux secs ;
- régule les peaux grasses ;
- lutte contre l'acné ;
- naturellement indice 5 de protection solaire ;
- maintient la jeunesse de la peau ;
- à utiliser à la place d'une crème de jour ou de nuit ou en démaquillant pour les yeux ;
- ne laisse pas de sensation de gras ;
- ne rancit pas.

LE BIO ACCESSIBLE À TOUS :
UNE NÉCESSITÉ

LES HUILES VÉGÉTALES

« COSMÉTIQUES »



- **Huile d'onagre (variété de primevère)**

- acides gras polyinsaturés + vitamines A et E ;
- peaux dévitalisées, asséchées, ridées ;
- ralentit le processus de vieillissement ;
- atténue les rides existantes ;
- à utiliser en gélule pour amplifier et accélérer les résultats.

- **Huile de noyaux d'abricots**

- nourrissante, hydratante, assouplissante, revitalisante ;
- peaux abîmées, flétries ;
- redonne du tonus aux peaux fatiguées ;
- bonne protection solaire ;
- matin et soir pour remplacer la crème habituelle.

- **Huile de macadamia**

- faible prix ;
- très bonne huile de massage ;
- nourrissante, hydratante ;
- protectrice, apaisante ;
- pour les peaux fragiles ;
- crevasses, engelures, gerçures ;
- vergetures ;
- cicatrices ;
- problèmes de cuir chevelu et cheveux ;
- exposition solaire, avant, après.

- **Huile de germe de blé**

- vitamine E ;
- rancit facilement ;
- soulage crevasses, engelures, dartres ;
- peaux sensibles ;
- peaux fatiguées ;
- antirides.

**LE BIO ACCESSIBLE À TOUS :
UNE NÉCESSITÉ**

LES HUILES VÉGÉTALES

« COSMÉTIQUES »



• Huile de cumin noir

- calmante, régénérante, anti-inflammatoire ;
- peau, cuir chevelu et ongles ;
- acné, eczéma, psoriasis, dermatite ;
- champignons, démangeaisons, desquamation ;
- brûlures ;
- gerçures.

• Huile de lin

- hydratant, assouplissant, anti-inflammatoire ;
- peaux sèches, sensibles ;
- acné, eczéma, psoriasis rosé ;
- rééquilibre les peaux grasses ;
- anti-vieillissant.

• Huile de rose musquée du chili

- résultats impressionnants sur les brûlures et cicatrices. L'un des plus puissants régénérateurs cutanés et cicatrisants connus ;
- très efficace pour les rides, vergetures et la régénération de la peau ;
- redonne aux peaux abîmées ou brûlées souplesse et couleur originelle ;
- problèmes dermatologiques améliorés : eczémas, psoriasis, acné, couperose, esquinces, vergetures ;
- régénère la peau, agit en profondeur ;
- en gélule, régularise le cycle menstruel, anti-stress, régénère la peau, harmonise la croissance des enfants.

LE BIO ACCESSIBLE À TOUS :
UNE NÉCESSITÉ