

## Aromaforce et l'aromathérapie

Connue depuis des millénaires, l'aromathérapie est l'utilisation des huiles essentielles pour accroître l'harmonie et le bien-être du corps et de l'esprit. Les huiles essentielles sont de délicats liquides aromatiques, obtenus par la distillation ou la pression à froid de fleurs, graines, feuilles, écorces ou racines d'arbres, d'herbes, arbustes et buissons. Les alchimistes considéraient les huiles essentielles comme étant l'âme de la plante.

### Comment choisir la meilleure huile essentielle

Les véritables huiles essentielles sont rares. Avec les huiles essentielles Aromaforce, vous êtes certain d'obtenir un produit de première qualité qui n'a pas été dilué ou modifié avec des composés chimiques ou même entièrement fabriqué artificiellement. Les copies de parfum de la nature sont généralement moins dispendieuses, mais leurs effets peuvent varier. Pour profiter pleinement de toutes les vertus des véritables huiles essentielles, choisissez les huiles Aromaforce, pures et naturelles à 100 %, non diluées, non altérées et testées en laboratoire. La seule exception à cette règle d'or est l'huile d'olibanum. À l'état naturel, l'olibanum est une résine semi-solide de qualité pure et naturelle qui est diluée (dans l'alcool) pour obtenir un liquide.



www.bioforce.ca

Huiles essentielles de qualité thérapeutique



## La qualité Aromaforce

### Aromaforce - Huiles essentielles de qualité thérapeutique

- Pures et naturelles à 100 %
- Non altérées
- Non diluées\*
- Première qualité
- Aucun solvant n'est utilisé\*
- Qualité assurée par des tests en laboratoire. Le chémotype de chaque lot est identifié et retraceable.
- Produit canadien

\*À l'exception de l'olibanum



### Aromaforce - Huile de base

À utiliser comme base pour créer vos propres mélanges.

#### Huile d'avocat

Huile pénétrante pour peau sèche et mature.

Riches en vitamines A, C et E.

#### Huile de pépin de raisin

Facilement absorbée par la peau : base idéale pour les massages.

Riches en acides gras essentiels.

#### Huile d'amande douce

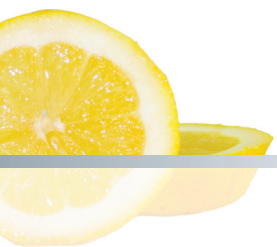
Assez douce pour la peau sensible et pour celle des bébés.

Riches en vitamine E naturelle.

#### Huile de germe de blé

Hydrate et nourrit la peau mature.

Riches en vitamine E et en acides gras essentiels.



### Soins corporels

Plongez dans un bain de rêve en y ajoutant de 5 à 8 gouttes d'huile essentielle diluées dans 15 ml (1 c. à table) d'huile de base ou de sels d'Epsom. Pour un facial nettoyant ou relaxant, incorporez 1 à 2 gouttes d'huile à de l'argile ou à votre crème de jour. Pour un parfum de corps ou votre propre huile de massage, ajoutez 8 à 10 gouttes d'huile à 15 ml (1 c. à table) d'huile de base.

### À la maison comme au spa

#### Bain relaxant aromatique :

Dans 15 ml (1 c. à table) d'huile de base

d'amande douce Aromaforce, ajoutez :

-3 gouttes d'HE d'orange

-4 gouttes d'HE de lavande

Mélangez soigneusement et ajoutez à l'eau

de votre bain



#### Huile à massage sensuel :

Dans 30 ml (2 c. à table) d'huile de base de pépin de raisin, mélangez

soigneusement :

-4 gouttes d'HE de cannelle

-4 gouttes d'HE de menthe poivrée

### Parfum d'ambiance

Déposez quelques gouttes d'HE sur une bougie, un diffuseur, le filtre de l'aspirateur, une ampoule électrique ou un petit objet de céramique poreux.

#### Bouquet Floral :

-3 gouttes d'HE d'orange

-3 gouttes d'HE de géranium

-3 gouttes d'HE d'ylang ylang

Diffusez 10 minutes toutes les heures.

#### Retour au calme :

-3 gouttes d'HE de citron

-3 gouttes d'HE de romarin

-3 gouttes d'HE de lavande



HE = huile essentielle



### Entretien de la maison

Les huiles essentielles sont idéales pour vous aider à prendre soin de votre maison de façon naturelle, la laissant propre, fraîche et sentant naturellement bon !

#### Nettoyant tout usage

-200 mL (3/4 tasse) d'eau bouillie, à température ambiante

-50 mL (1/4 tasse) de vinaigre

-15 gouttes d'HE de thym blanc

-15 gouttes d'HE de citron

Mélangez tous les ingrédients dans une bouteille à vaporisateur et agitez vigoureusement.

#### Important à savoir :

Les huiles essentielles ne se diluent pas dans l'eau. Pas même dans l'eau du bain. Les huiles essentielles ne sont pas hydrosolubles et demeureront à la surface de l'eau. On doit toujours les mélanger d'abord à une huile de base, un gel d'aloès ou du sel d'Epsom.

Les huiles essentielles ne doivent pas être appliquées directement sur la peau, comme parfum. Les huiles Aromaforce sont pures à 100 % et donc très concentrées. Non diluées, elles peuvent irriter ou brûler la peau; il faut calculer au moins 15 ml (1 c. à table) d'huile de base pour 5-10 gouttes d'huile essentielle.

Les huiles essentielles se conservent longtemps. Si la bouteille est fermée hermétiquement et rangée dans un endroit frais, à l'abri du soleil, l'huile essentielle sera encore utilisable deux à quatre ans après ouverture.

Mise en garde : POUR USAGE EXTERNE/OCCASIONNEL SEULEMENT. NE PAS UTILISER PAR VOIE ORALE. NE PAS UTILISER D'HUILE ESSENTIELLE NON DILUÉE. TENIR HORS DE LA PORTÉE DES ENFANTS. En cas d'ingestion accidentelle, demander des soins médicaux d'urgence ou appeler un Centre Antipoison. Éviter tout contact avec les yeux et les muqueuses; en cas de contact, rincer abondamment avec de l'huile végétale. Cesser l'usage en cas de nausée, d'étourdissements, de maux de tête ou d'une réaction allergique. Si les symptômes persistent ou s'aggravent ou si vous êtes atteint d'épilepsie, consulter un praticien de soins de santé. Ne pas utiliser durant la grossesse ou l'allaitement. Pour les recommandations de dilution par produit, visiter notre site Internet au [www.bioforce.ca](http://www.bioforce.ca).



## Explorez l'aromathérapie

| NOM                  | NOM LATIN              | PARTIE PLANTE | GOUTTES/15 ML* | INDICATION COSMÉTIQUE                                                           | PRÉCAUTIONS     |
|----------------------|------------------------|---------------|----------------|---------------------------------------------------------------------------------|-----------------|
| Anis                 | Illicium verum         | ♦             | 4              | Parfumerie                                                                      | (S) (V) (Y)     |
| Bergamote            | Citrus bergamia        | ★             | 1**            | Parfumerie, acné, peau grasse, eczéma, astringent                               | (P)             |
| Camphre              | Cinnamomum camphora    | ♦             | 10             | Massage revigorant, acné, inflammation, peau grasse                             | (E) (F) (V) (Y) |
| Cannelle             | Cinnamomum zeylanicum  | ✕             | 10             | Ambiance, parfumerie, poux                                                      | (S)             |
| Citron               | Citrus limonum         | ★             | 4              | Peau grasse ou irritée, ongles cassants, acné                                   | (P) (S)         |
| Citronnelle          | Cymbopogon winterianus | ✿             | 2              | Parfumerie, assainisseur d'air                                                  | (S) (V)         |
| Cyprès               | Cupressus sempervirens | ✕             | 9              | Transpiration, peau grasse                                                      |                 |
| Eucalyptus           | Eucalyptus globulus    | ✕             | 10             | Rhume et toux selon NPN (80067852)                                              | (S)             |
| Genévrier            | Juniperus communis     | ♦             | 10             | Irritations de la peau, acné, perte de cheveux                                  | (V)             |
| Géranium             | Pelargonium graveolens | ✕⦿            | 10             | Cicatrifiant, déodorant, acné, peau grasse et congestionnée, rides              | (S)             |
| Girofle              | Eugenia caryophyllata  | ⦿             | 9              | Acné, pied d'athlète                                                            | (A) (S) (V) (Y) |
| Lavande              | Lavandula officinalis  | ⦿             | 10             | Pellicules, eczéma, piqûres d'insectes, parfumerie                              | (P) (S)         |
| Mandarine            | Citrus reticulata      | ★             | 1              | Acné, peau grasse et congestionnée, cicatrices, vergetures, tonifiant           | (P)             |
| Marjolaine           | Thymus mastichina      | ⦿             | 3              | Infections cutanées, pellicules                                                 |                 |
| Mélaleuca (Tea tree) | Melaleuca alternifolia | ✕             | 2              | Acné, poux, abcès, pied d'athlète, ampoules, verrues                            | (S)             |
| Menthe poivrée       | Mentha piperita        | ⦿✕            | 10             | Acné, parfumerie                                                                | (S)             |
| Menthe verte         | Mentha spicata         | ⦿✕            | 9              | Acné, parfumerie                                                                | (S) (T) (V) (Y) |
| Olibanum             | Boswellia carterii     | □             | 10             | Cicatrices, peau mature et sèche                                                | (V)             |
| Orange               | Citrus sinensis        | ★             | 2              | Peau grasse et terne                                                            | (P) (S)         |
| Pamplemousse rose    | Citrus paradisi        | ★             | 2              | Raffermissant pour la peau, acné, peau terne et congestionnée, perte de cheveux | (I) (P)         |
| Patchouli            | Pogostemon cablin      | ✕             | 10             | Acné, peau grasse, peau gercée et fissurée, parfumerie                          |                 |
| Pin                  | Pinus sylvestris       | ♦             | 10             | Assainisseur d'air, massage revigorant, peau et cheveux gras, rides             | (S)             |
| Romarin              | Rosmarinus officinalis | ⦿✕♦           | 10             | Cheveux ternes, pellicules, perte de cheveux                                    | (E) (I) (V)     |
| Sapin                | Abies balsamea         | ♦             | 10             | Assainisseur d'air, massage revigorant                                          | (S)             |
| Sauge sclérée        | Salvia sclarea         | ✕⦿            | 10             | Transpiration, abcès, pellicules, perte de cheveux, rides                       | (V)             |
| Thym blanc           | Thymus vulgaris        | ✕⦿            | 2              | Cheveux ternes et cassants                                                      | (I) (S) (Y)     |
| Verveine des Indes   | Cymbopogon citratus    | ✿             | 9              | Acné, pied d'athlète, transpiration excessive                                   | (S) (Y)         |
| Ylang ylang          | Cananga odorata        | ⦿             | 4              | Régénération cutanée, perte de cheveux                                          | (S) (Y)         |

\* Nombre maximal de gouttes à diluer dans 15 ml (1 c. à table) d'huile de base pour utilisation topique sécuritaire. \*\* Pour bergamote, diluer 1 goutte dans 20 ml (4 c. à thé) d'huile de base.

♦Fruit ★Zeste ♦bois, racine, branche et/ou aiguille ✕feuille et/ou tige ✿herbe □résine ⦿fleur et/ou sommité fleurie

(A) Garder hors de portée des animaux. (B) Ne pas ingérer. (E) Contre-indiqué en cas d'épilepsie. (F) Contre-indiqué en cas de fièvre. (I) Irritant pour la peau, diluer de façon appropriée. (P) Photosensibilisant, éviter l'exposition au soleil. (S) Sensibilisant, ne pas utiliser sur une peau hypersensible ou endommagée. (T) Ne pas utiliser en cas d'hypertension. (V) Ne pas utiliser durant la grossesse. (Y) Ne pas utiliser pour des enfants de moins de 2 ans.