

# Épinette noire

*Picea mariana* 5 ml

dōTERRA™ | EUROPE

FICHE D'INFORMATION PRODUIT



CPTG™

## PRINCIPAUX BIENFAITS

- Apaise et soulage la peau.
- Procure un sentiment de détente et de calme.
- Apaise les irritations cutanées bénignes.

## DESCRIPTION DU PRODUIT

Utilisée par les Amérindiens pour ses bienfaits pour la peau et à des fins médicales et spirituelles, l'huile essentielle d'Épinette noire est boisée et puissante. Elle est distillée à partir des aiguilles et des branches du *Picea mariana*. Après un effort physique intense, ou lorsque votre corps a besoin d'être soutenu à un endroit précis, mélangez l'huile essentielle d'Épinette noire avec une huile végétale avant de la masser sur votre peau pour profiter d'une sensation apaisante et réconfortante. Vous pouvez l'appliquer sur la nuque au cours de la journée pour favoriser l'équilibre et l'harmonie.

## UTILISATIONS

- Après un effort physique intense, mélangez 1 à 2 gouttes d'huile essentielle d'Épinette noire avec de l'huile de coco fractionnée et massez sur la peau pour une sensation apaisante et réconfortante.
- Appliquez localement sur la peau pour faciliter l'apaisement des irritations cutanées.
- Ajoutez quelques gouttes dans votre crème hydratante pour atténuer l'apparence des imperfections et retrouver une peau saine.

## CONSEILS D'UTILISATION

En massage, mélangez 5 gouttes avec 10 ml d'huile végétale. Pour le bain, mélangez 5 gouttes avec 5 ml d'huile végétale. En parfum, mélangez 1 goutte avec 10 gouttes d'huile végétale.

## PRÉCAUTIONS D'EMPLOI

Possibilité de sensibilité cutanée. Conserver hors de portée des enfants. Consultez votre médecin si vous êtes enceinte ou sous traitement. Évitez le contact avec les yeux, l'oreille interne et les zones sensibles.

