

Shinrin-Yoku™

Mélange d'huiles essentielles 15 ml

dōTERRA® | CANADA

Page d'information du produit



CPTG Certified Pure Tested Grade®

Application: **A** **T** **D**

Ingrédients : Huiles essentielles de citron, de patchouli, de magnolia, de sapin de Sibérie, de cyprès, de cardamome, d'hinoki, de lavandin, de pamplemousse, de géranium et de petitgrain citronné.

Description aromatique : Floral, citronné, boisé

Shinrin-Yoku™ | Mélange d'huiles essentielles 15 ml
60226007

Bienfaits principaux

- + Contient des huiles essentielles riches en terpènes et en phytoncides qui évoquent la sérénité d'une promenade en forêt.
- + Dégage un arôme rafraîchissant et inspirant qui favorise une atmosphère apaisante propice au ressourcement.
- + Procure une expérience énergisante et revitalisante en combinaison avec la création d'un espace vert dans la maison.
- + S'inspire de la pratique de bien-être du bain de forêt.

Description

Le shinrin yoku, un terme japonais qui signifie « bain de forêt », est une pratique consciente qui consiste à absorber l'atmosphère apaisante de lieux sereins comme la forêt. Le fait de se connecter à la nature sur une base régulière permet de se déconnecter de la technologie, de se détendre et de décrocher des aléas de la vie quotidienne. La pratique contemplative du bain de forêt est l'inspiration de ce mélange transformateur d'huiles essentielles.

Le mélange d'huiles essentielles Shinrin Yoku est formulé à partir d'huiles essentielles CPTG® riches en terpènes associés aux bains de forêt. Les terpènes appartiennent à une classe de composés chimiques importants appelés phytoncides, qui font partie du système de défense naturel des arbres. Les phytoncides du mélange Shinrin Yoku comprennent le limonène, l'-pinène et le -pinène, souvent présents dans des huiles reconnues pour leurs arômes réconfortants et propices au ressourcement. La diffusion d'huiles essentielles riches en terpènes favorise une atmosphère apaisante, idéale pour ralentir, se concentrer et retrouver l'équilibre. Lorsque notre environnement est en harmonie, il est plus facile d'atteindre un sentiment de bien-être et de plénitude.

Utilisations

- + Diffusez le mélange pour purifier et rafraîchir l'air ambiant.
- + Respirez-le pendant une séance de méditation ou d'écriture d'un journal.
- + Diluez-le dans une huile de support pour l'appliquer sur la peau comme parfum personnel.

Instructions

Diffusion : Verser trois ou quatre gouttes dans le diffuseur de votre choix.

Utilisation topique : Appliquer une ou deux gouttes sur la zone désirée. Diluer dans une huile de support pour prévenir l'irritation de la peau.

Précautions

Peut ne pas convenir aux peaux sensibles. Garder hors de la portée des enfants. Les femmes enceintes ou allaitantes et les personnes faisant l'objet d'un suivi médical devraient consulter un médecin. Éviter tout contact avec les yeux, l'intérieur des oreilles et les zones sensibles. Éviter toute exposition au soleil et aux rayons UV jusqu'à 12 heures après l'application du produit.

Application Methods

A Aromatic **T** Topical **I** Internal **H** Home Care

Skin Sensitivity

N Neat **D** Dilute **S** Sensitive Skin