

## Se parfumer avec les huiles essentielles

Les huiles essentielles sont de remarquables parfums pour la maison pour créer une ambiance chaleureuse et purifier l'atmosphère. Mais saviez-vous que vous pouvez aussi utiliser les huiles essentielles pour vous parfumer ? Vous pourrez ainsi redécouvrir les vraies odeurs de la nature et avoir un parfum unique que votre entourage vous enviera !

Voici nos conseils pour se parfumer avec les huiles essentielles.

Choisissez une huile essentielle qui vous plaît parmi les plus appropriées (cliquez sur les liens pour en savoir plus sur chaque huile essentielle) :

- **Parfum boisé** : Cèdre de l'Atlas, Santal blanc, Vétiver, Bois de rose
- **Parfum herbacé** : Sauge sclarée, Verveine odorante
- **Parfum fleuri** : Géranium rosat CV Bourbon, Rose, Ylang-Ylang extra, Palmarosa
- **Parfum épicé** : Carotte, noix de Muscade, Coriandre
- **Parfum fruité** : Mandarine zestes, Orange douce zestes, Pamplemousse zestes
- **Parfums orientaux** : Encens, Myrrhe, Patchouli

Les huiles essentielles ont une **influence sur votre psychisme**, nous y reviendrons dans un prochain article. N'hésitez pas à **choisir vos huiles essentielles en fonction de votre humeur** du jour ou de votre besoin (dynamiser, détendre, apaiser...)

Il est possible d'utiliser les **huiles essentielles pures comme un parfum classique** en déposant **une seule goutte** derrière les oreilles, les genoux, dans le creux des bras et sur les poignets.

Les huiles essentielles sont assez volatiles. Vous pouvez donc choisir des les mélanger à une base pour parfumer l'ensemble de votre peau et **laisser les arômes de l'huile essentielle se dégager subtilement tout au long de la journée...**

Incorporez **quelques gouttes d'huile essentielle de votre choix** dans votre dose quotidienne de **Lait corporel hydratant relaxant** pour hydrater votre peau. Celui-ci contient de l'huile essentielle de **Petit grain bigarade** qui a l'avantage d'être un **fixateur de parfum** ce qui permettra à l'huile essentielle ajoutée de **parfumer votre peau plus longtemps**.

Vous pouvez également ajouter l'huile essentielle de votre choix à de **l'huile de pépins de Raisin** ou du **beurre de karité** pour **nourrir votre peau en la parfumant délicatement**.