

*santé durable*



*farfalla*  
AromaCare

santé durable

Ravintsara



*L'huile essentielle issue du projet bio de commerce équitable de Madagascar offre une bonne protection pendant la période des rhumes. Le ravintsara est particulièrement recommandé pour la désinfection de l'air ambiant en diffuseur/nébuliseur, quand tout le monde autour de soi semble avoir pris froid. En cas de rhume, c'est un composant important dans les recettes AromaCare.*

## RAVINTSARA

**Qualité :**

Culture biologique  
contrôlée, vegan

**Provenance :**

Madagascar

**Partie de la plante :**

feuilles

**Extraction :**

Distillation à la vapeur d'eau

**Nom botanique :**

*Cinnamomum camphora*

**Parfum :** frais, camphré,  
clair, genre eucalyptus

## RECETTE

### MASSAGE BODYGUARD

Vos défenses immunitaires ont besoin d'un bon coup de pouce ? C'est le moment de passer à un massage Bodyguard :

mettre 3 gouttes de ravintsara dans 10 ml d'huile d'amande, appliquer le mélange d'abord sur la plante des pieds, bien masser, puis passer le reste en mouvements circulaires au niveau de la poitrine.

Plus de formules sur [www.farfalla.ch](http://www.farfalla.ch)

**UTILISATION :** 1-5 GOUTTES EN DIFFUSEUR/NÉBULISEUR, 10-15 GOUTTES SUR UN GALET DIFFUSEUR, 15-30 GOUTTES POUR 70 ML DE BASE DIY BIO POUR SPRAY AMBIANT 20-40 GOUTTES POUR 200 ML DE BASE MOUSSANTE DIY À LA NOIX DE COCO 4-10 GOUTTES POUR UN BAIN, MÉLANGÉ DANS 1 CUILLÈRE À SOUPE DE BASE MOUSSANTE, DE CRÈME OU DE MIEL, 8-30 GOUTTES DANS 75 ML D'HUILE DE SOIN BIO (EN HUILE CORPORELLE/HUILE DE MASSAGE).