

ROSE DE DAMAS

LA PRÉCIEUSE

Drapée dans sa fragrance douce et veloutée, l'huile essentielle de rose n'est pas une spécialiste des travaux ménagers. On ne l'utilise pas pour ses vertus désinfectantes ou détartrantes, car elle coûte près de trente fois plus cher que ses concurrentes !

L'HE de rose mérite donc une place de choix dans notre sélection. Elle régénère les peaux sèches, sensibles ou grasses en stimulant la production de nouvelles cellules. Sans oublier son action antirides, son effet coup d'éclat, qui donne un teint de rose et une peau lissée, comme repassée, ses aptitudes à cajoler et à soigner notre apparence, et aussi l'efficacité avec laquelle elle soigne une insomnie, dénoue une anxiété, désamorce une colère ou éponge un chagrin. Car l'HE de rose veille également sur notre équilibre en calmant le stress et en améliorant notre tonicité générale. Elle stimule la libido, combattant l'impuissance et la frigidity grâce à ses propriétés aphrodisiaques. Et, d'une façon générale, elle soutient notre ego en le protégeant de la dépression et du manque de confiance. Cette grande émotionnelle n'est pas la meilleure aide ménagère qui soit. Ajoutée à l'eau du fer à repasser ou diffusée dans la chambre de bébé, cette alliée raffinée créera une ambiance de paix dans toutes les pièces de la maison.



SA CARTE D'IDENTITÉ

Nom botanique *Rosa damascena*.

Famille Rosacées.

Origine géographique Bulgarie, Maroc, Turquie.

Partie de la plante distillée Pétales.

Odeur Très fleurie et subtile.

Saveur Douce, sucrée comme le miel.

Principaux constituants biochimiques

Monoterpénols : citronellol, géraniol, nérol.

BÉNÉFICES

- Tonique cutanée, astringente
- Lutte contre la dépression, l'insomnie, l'anxiété
- Prévient les rides
- Possède un pouvoir parfumant puissant

SON UTILITÉ

POUR EMBELLIR

- Elle est anti-âge, car son action régénérante stimule la production de nouvelles cellules.
- Elle est astringente en plus d'être un bon tonique cutané. Pensez-y également en cas de couperose.
- Elle fait des merveilles sur toutes les peaux (grasses, sèches, mures) en les apaisant, les réparant, les assouplissant, les vivifiant.
- Son parfum subtil et raffiné embaume magnifiquement la maison.

POUR SOIGNER LE CORPS ET L'ESPRIT

- Elle lutte contre les troubles gynécologiques et hormonaux dus à un blocage psychologique.
- Elle est une alliée sûre pour éviter la dépression postnatale et pour en sortir si elle vous a gagnée.
- Elle combat l'eczéma.
- Elle est efficace contre l'insomnie, l'anxiété, le chagrin et la colère.

POUR PARFUMER ET ENTRETENIR SA MAISON

- Quelques gouttes dans l'eau de repassage parfument subtilement les vêtements.
- Deux gouttes posées sur l'oreiller d'un enfant apaiseront son sommeil.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI Nous l'avons dit, il est important que les enfants n'aient pas accès aux flacons d'huiles essentielles. Redoublez de vigilance avec l'HE de rose, car son parfum sucré attire les curieux ! Malgré son prix très élevé, cette huile essentielle de choix vous enchantera pendant de nombreux mois, voire plusieurs années.



LE GARDE-ROBE

LA RECETTE MIRACLE ASSAINISSANT FÉEBRISE

Ingrédients :

40 gouttes d'**essence de citron**, 150 ml de vinaigre blanc,
250 ml d'eau.

Dans un atomiseur propre, versez le vinaigre, l'**essence de citron** et l'eau, agitez bien. Vaporisez votre assainissant Féebrise par-ci par-là à tous les étages, dans les étagères, les penderies... Avant de refermer la porte du garde-robe, passez un tissu imbibé de Féebrise sur le dessus de la porte : le prochain visiteur sera accueilli dans la fraîcheur du citron.



DÉSODORISANT CHAUSSURES

Versez 5 gouttes d'**HE de lavande officinale** sur 1 c. à soupe de bicarbonate de soude, versez le tout dans une chaussette. Faites la même chose avec une autre chaussette. Placez-les à l'intérieur de vos chaussures. Une nuit en compagnie du bicarbonate, grand boulimique de mauvaises odeurs, et de l'**HE de lavande** assainissante devrait donner un bon coup de frais à vos chaussures. Mais il n'y a aucun danger à laisser ces « chaussettes sent-bon » en permanence.

DÉSODORISANT VÊTEMENTS

Versez 1 litre d'eau dans une casserole, portez-la à ébullition. Hors du feu, versez-y 10 gouttes d'**HE de lavande officinale**, remuez. Accrochez le vêtement à l'odeur suspecte sur un cintre, et installez-le au-dessus de la casserole fumante, à une dizaine de centimètres (plus haut s'il s'agit d'un tissu fin). La vapeur s'échappant de la casserole va monter puis envelopper le vêtement, l'imprégnant de l'odeur de lavande. Comme chez le nettoyeur!

PETIT SACHET PARFUMÉ

Dans un morceau de tissu, découpez un cercle de 25 cm de diamètre. Sur un tampon démaquillant en coton, versez 2 gouttes d'**HE de lavande officinale** et placez-le au milieu du cercle de tissu. Versez sur le coton 2 c. à soupe de grains de lavande (frais ou secs). Fermez le tissu en remontant les bords (façon bourse) et en nouant un lien de votre choix : ruban, raphia, bolduc... Glissez le sachet dans un tiroir ou accrochez-le à l'attache d'un cintre.

SAC DE SPORT

S'il peut passer à la machine, lavez votre sac de sport au minimum 1 fois par mois, en ajoutant 10 gouttes d'**HE d'arbre à thé** diluées dans 200 ml de vinaigre blanc dans le compartiment réservé à l'adoucissant. S'il est interdit de machine à laver, vaporisez-le d'assainissant Féebrise après chaque séance de sport.

