

## LES FLEURS DE BACH – ELIXIRS & CO

Les Fleurs de Bach sont des élixirs réalisés à partir d'essences de fleurs, qui servent de remède contre les maux émotionnels du corps. Personnellement, je les utilise depuis toujours en cas de stress, mais il en existe pour à peu près tout (l'énergie, le bien-être, le mal du transport, le sommeil, la concentration, la confiance en soi...). Tout comme l'homéopathie, c'est un peu critiqué par les scientifiques, mais chacun se fait sa propre opinion (*moi j'adore les Fleurs de Bach & aussi l'homéopathie, je suis convaincue du pouvoir de la nature! #phrasedehippie*).

– **Contre le stress** : Lorsque j'ai passé mon bac, ma maman m'avait acheté le célèbre « Rescue », qui se prend dilué dans de l'eau. Elixirs & co propose ce produit en petite fiole et le packaging a été entièrement revu! Les Fleurs de Bach sont Bio et Made in France. Il suffit de mettre 4 gouttes dans un verre d'eau (ou 12 gouttes dans une bouteille d'eau si vous souhaitez en avoir pour la journée). Je trouve ce produit très efficace et le goût n'est pas vraiment gênant (*pourtant je suis difficile*). Et sinon j'ai découvert récemment la lotion, une bonne alternative si vous ne souhaitez rien ingérer. Elle sent super bon (rien que ça c'est relaxant) et a une texture quasi équivalente à de l'eau (pas gluante, ne colle pas, s'étale facilement). Elle s'applique après le démaquillage sur peau propre et elle est très apaisante avant d'aller dormir.



Elixir Stress | Lotion Anti Stress

– **Les brumes** : Alors ça, c'est ma grosse découverte. Je laisse la brume orange au travail (énergie) et la jaune dans mon armoire à pharmacie (urgences). C'est peut être psychologique, mais j'utilise la brume pour l'énergie après le déjeuner dans mon bureau, et je n'ai plus le « coup de barre » d'après manger. J'en avais d'ailleurs parlé sur Snapchat après quelques jours d'utilisation tellement j'étais bluffée. Et deuxième avantage, ça sent super bon & ça enlève les odeurs de nourriture. Je l'utilise quasi tous les jours (2 ou 3 pshits seulement autour de moi); et je me sens plus efficace!

La jaune c'est différent, elle agit plutôt dans les situations « de crise », les moments difficiles, pour trouver du réconfort. Je ne l'utilise pas au quotidien mais je l'ai gardée bien précieusement car elle est associée à des huiles essentielles et je sais qu'en cas de coup dur, ça sera un petit plus. Elle peut aussi être utilisée dans des salles de classe, de réunion...etc.

Brume tonifiante Énergie | Brume réconfortante Urgences

– **Le savon**: Ça va être plus bref, car je ne l'ai pas encore testé! Je suis plus gel douche que savon, mais je sais que le savon est plus écologique, et j'ai bien envie de m'y mettre. Celui-ci sent ULTRA bon, il a parfumé toute la boîte en carton. Simple, blanc, et gravé, je l'imagine aussi très bien au bord d'un lavabo pour se laver les mains. Et le parfum apporte vivacité et tonus, un petit coup de booste le matin sous la douche, ou lors d'une pause toilettes!

Savon Vivacité

Quoi vous dire pour terminer, si ce n'est qu'en plus d'être bio, naturels, et made in France, je suis juste dingue des packagings! Je trouve que c'est une jolie marque, qui apporte du positif dans toutes les petites situations du quotidien. Le site est très bien fait, et vous avez un champ de recherche en haut à droite pour trouver plus facilement les produits (et vous pouvez aussi chercher par symptômes). Après attention, si votre stress perdure, que vous n'arrivez pas à dormir, que vous vous sentez déprimé(e) ou autre, c'est un PLUS, mais ça ne doit pas vous empêcher d'aller consulter un médecin. Prenez bien soin de vous & à très vite ♡