CÈDRE DE L'ATLAS (Cedrus atlantica)



🌱 Pour 10 ml d'huile essentielle : environ 300 à 320 g de bois.

🌸 Émotionnel & olfactif :

Le cèdre de l'Atlas est une huile essentielle de méditation et de recentrage. Il accompagne les périodes d'irritation, de colère et de peur, et invite à mieux se connaître, à prendre conscience de ses ressources et à retrouver de la patience. Son parfum évoque la stabilité et la protection. Il aide à prendre du recul et accompagne les personnes qui hésitent à avancer par peur de l'échec ou des difficultés, tout en souhaitant rester libres de leurs choix.

🌿 Une huile essentielle d'ancrage :

Le cèdre de l'Atlas favorise l'enracinement. Il accompagne les moments de réflexion, de relaxation et de méditation, il invite à retrouver ses repères et à avancer avec davantage de confiance. Également apprécié pour son action sur la circulation, les gonflements et la cellulite. Ses propriétés antiseptiques et cicatrisantes sont intéressantes pour les soins de la peau et du cuir chevelu.

👃 Comment l'utiliser ?

Olfaction : en inhalation sèche ou en diffusion. Chez l'enfant, l'olfaction peut être envisagée à partir de 12 ans.
Cutanée : toujours diluée dans une huile végétale, dans une dilution adaptée à l'objectif et à la personne. Application possible à partir de 10 ans. En cas de doute, demandez conseil avant utilisation.

⚠️ Précautions :

• Déconseillée chez les enfants de moins de 12 ans en olfaction et de moins de 10 ans par voie cutanée.
• Déconseillée pendant la grossesse et l'allaitement