

**Physalis aromatische synergieën zijn unieke, uitbalancerende composities van verschillende essentiële oliën.** Deze oliën versterken elkaars effect en vormen een krachtig complex met een specifieke toepassing. In de aromatherapie gebruikt men deze krachtige, natuurzuivere essentiële oliën om de lichamelijke en mentale gezondheid te bevorderen. Ze kunnen op verschillende manieren gebruikt worden; via verstuiving of door een massage op de huid. De toepassingen van essentiële oliën zijn enorm breed, zo hebben ze o.a. een ontspannend, stimulerend of zuiverend effect of werken ze in op de luchtwegen...

**Geniet veilig van Physalis aromatische synergieën: houd rekening met volgende noodzakelijke voorzorgsmaatregelen:**

Essentiële oliën zijn zeer geconcentreerd! Voor de productie van één kilogram olie zijn soms honderden kilo's verse planten nodig. Ze moeten voorzichtig en met kennis van zaken (raadpleeg een gespecialiseerd werk) gebruikt worden. Verkeerd gebruik kan gevaarlijk zijn!

- 1) Bewaar ze koel, in een goed afgesloten fles en buiten het bereik van kinderen!
- 2) Niet gebruiken tijdens de zwangerschap en borstvoeding!
- 3) Afgeraden bij baby's en kinderen onder de 3 jaar!
- 4) Opgeliet met essentiële oliën bij epilepsie, astma en hartaandoeningen.
- 5) Nooit overdruk op de huid aanbrengen. Verdun in een plantaardige olie of een neutrale crème, gel of shampoo, ook voor gebruik in bad!
- 6) Bepaalde van nature in essentiële oliën aanwezige bestanddelen kunnen bij overgevoelige mensen allergische reacties veroorzaken (bv. citral, d-limonene, linalool, geraniol, citronnellol, ...). Allergenen staan altijd vermeld op de verpakking!  
**Tip:** Bij een gevoelige, allergische huid: eerst een druppel olie in een beetje plantaardige olie aanbrengen op de binnenzijde van de elleboogplooi. 24 uur wachten. Is er geen roodheid, jeuk of irritatie dan kan de olie gebruikt worden.
- 7) Synergieën die veel citrusoliën (zoals bergamot, sinaasappel, citroen, pompelmoes, mandarijn) bevatten zijn fotosensibiliserend! Vermijd blootstelling aan zonlicht of zonnebank gedurende ten minste 12 uur na gebruik op de huid!
- 8) De synergieën zijn ontvlambaar en vluchtig. Stel ze niet bloot aan hoge temperaturen!
- 9) Synergieën zijn uitsluitend voor uitwendig gebruik geschikt! Contact met ogen en slijmvlies vermijden! Niet geschikt om in de oren de neus of de ogen te druppelen. Bij accidenteel contact met de ogen: spoel overvloedig met zuiver water. Bij blijvende irritatie of zichtbaar letsel een oogarts raadplegen.
- 10) Drink wat eetbare plantaardige olie bij een accidentele inname van een grote hoeveelheid essentiële olie en raadpleeg het Antigifencentrum.
- 11) Antigifencentrum: • België: +32 70 245 245 • Nederland: +31 30 274 88 88

**Physalis aromatische synergieën: kwaliteitsgaranties**

- 100% puur, natuurlijk en bio. Niet scheikundig behandeld, niet gemodificeerd, niet verdund, niet gefractioneerd (= aangepast aan een standaard samenstelling d.m.v. scheikundige producten of door herdistillatie van de etherische olie om bepaalde componenten te concentreren), niet gereconstrueerd, niet gedetereerd (= ontdaan van terpenen).

**Massage, bad, douche**

Aromatische synergieën zijn bij uitstek geschikt voor gebruik tijdens een zalige massage, een rustgevend bad of een verwikkende douche. Ze dringen gemakkelijk in de huid, waar ze hun heilzame werking uitoefenen. Verdun ze hiervoor in een plantaardige olie (bv. zoete amandel- of jojoba olie).

**Enkele richtlijnen bij uitwendig gebruik:**

- Lichaamsmassage: 2,5 à 5% essentiële olie of 5 à 10 druppels per 10 ml plantaardige olie.
- Gezichtsolie of -crème: 1% essentiële olie of 2 druppels per 10 ml plantaardige olie of crème.
- Aromatisch bad: 3 à 5% essentiële olie of 6 à 10 druppels per 10 ml plantaardige olie.
- Shampoo: 1 à 2% essentiële olie of 2 à 4 druppels per 10 ml.

**Verstuiven**

Physalis aromatische synergieën brengen een aangename geur in leef- en werkruimten. Gebruik bij voorkeur elektrische verstuivers die de oliën niet opwarmen en ze uiterst fijn verstuiven. 15 minuten verstuiven per uur volstaat.

**Physalis aromatische synergieën**

**Always Zen**

Bij uitstek geschikt om kalme en gemoedsrust te vinden en uw hoofd leeg te maken.  
*Met een synergie van 100% biologische essentiële oliën van echte lavandelin, lavandin, groene mandarijn, bergamot, mirte, echte marjolein, koriander, citroenillesea, sinaasappel, citroen, ravintsara, ylang ylang, citroenmelisse, citroenverbena.*

**Ayurveda**

Met zijn kruidige geuren, voert ze je mee naar een gevoel van welbehagen dankzij een evenwicht tussen de dosha's of energiekanalen.  
*Met een synergie van 100% biologische essentiële oliën van wierook, kruidnagel, gember, palmarosa, karwij, zwarte peper, kaneel, patchouli, kardemom, koriander.*

**Clear Mind**

Bij uitstek geschikt om de focus te scherp te houden op de momenten dat dit nodig is.  
*Met een synergie van 100% biologische essentiële oliën van grove den, rozemarijn, pepermunt, akkermunt, zwarte spar, balsemspar, citroenmunt, muskaatnoot, tijm ct. borneol, petitgrain, gember, kruidnagel.*

**Good Karma**

De verkikkende geur zorgt voor een gerust gemoed, een goed gevoel en positieve gedachten.  
*Met een synergie van 100% biologische essentiële oliën van geranium, petitgrain, palmarosa, ylang ylang, bergamot, citroenillesea, basilicum, venkel, cistusroos, echte kamille.*

**Good Night**

Bij uitstek geschikt voor een verkikkende nachtrust, om goed uitgerust en boordvol energie de dag te beginnen!  
*Met een synergie van 100% biologische essentiële oliën van sinaasappel, lavandin, echte lavandelin, petitgrain, citroenillesea, groene mandarijn, bergamot, echte marjolein, mirte, geranium, ylang ylang, citroenverbena, citroenmelisse.*

**Green Detox**

Bij uitstek geschikt voor een grondige zuivering van de leef- en werkruimtes. Het helpt op een natuurlijke wijze om slechte geurtjes te verwijderen.  
*Met een synergie van 100% biologische essentiële oliën van tea tree, ravintsara, saro, dille, groene munt, venkel, geranium, lavendelsalie, eucalyptus globulus, rozemarijn, niaouli, sinaasappel, groene mandarijn, pompelmoes, citroenillesea, citroen, citroeneucalyptus, echte lavandelin, oregano, grove den, kruidnagel, pepermunt, atlasceder, gember, jeneverbes, rode tijm, kaneel, echte marjolein, citroenverbena, muskaatnoot.*

**Immunity**

Bij uitstek geschikt om je lichaam te wapenen tegen winterkwaaltjes in periodes van vermoeidheid, stress en slechte weersomstandigheden.  
*Met een synergie van 100% biologische essentiële oliën van ravintsara, niaouli, grove den, eucalyptus radiata, tea tree, oregano, gele tijm, rode tijm, citroen, bergonekruid, vetiver.*

**No Stress**

Bij uitstek geschikt om je veerkracht te verhogen en te ontlasten in stressvolle tijden.  
*Met een synergie van 100% biologische essentiële oliën van petitgrain, echte lavandelin, lavandin, zwarte spar, koriander, echte marjolein, citroenmunt, citroenillesea, tijm ct. borneol, groene mandarijn, sinaasappel, ravintsara, ylang ylang, wierook, kruidnagel, citroenverbena, gember, neroli.*

**Red Energy**

De verkikkende geur geeft een boost en doet je terug bruisen van energie.  
*Met een synergie van 100% biologische essentiële oliën van pepermunt, kamferozemarijn, basilicum, gember, zwarte peper, grove den, bergonekruid, kruidnagel, kaneel, citroenverbena.*

**Respiration**

Helpt om vrij te ademen voor een onmiddellijk comfortabel gevoel.  
*Met een synergie van 100% biologische essentiële oliën van eucalyptus globulus, eucalyptus radiata, ravintsara, grove den, niaouli, akkermunt, pepermunt, groene munt, mirte, oregano, sterañis, jeneverbes, spijklavendelin, rozemarijn, rode tijm, gele tijm.*

**Sensual**

De zinnenstrengende geuren brengen sensualiteit, genot en de nodige pittigheid.  
*Met een synergie van 100% biologische essentiële oliën van ylang ylang, petitgrain, zwarte peper, scharlei, gember, ceder, sinaasappel, citroen, sterañis, patchouli, vetiver, jasmijn.*

**Yin Yang**

Bij uitstek geschikt om terug evenwicht te vinden tussen de twee complementaire krachtbronnen in jezelf en harmonie te herstellen.  
*Met een synergie van 100% biologische essentiële oliën van petitgrain, pepermunt, kamferozemarijn, basilicum, gember, zwarte peper, grove den, echte lavandelin, lavandin, zwarte spar, koriander, echte marjolein, kruidnagel, citroenmunt, citroenillesea, bergonekruid, tijm ct. borneol, groene mandarijn, sinaasappel, ravintsara, ylang ylang, wierook, kaneel, neroli, citroenverbena.*

**Les synergies aromatiques de Physalis sont des compositions exclusives et équilibrées de différentes huiles essentielles.** Ces huiles essentielles renforcent mutuellement leur action et constituent ensemble un complexe puissant aux applications spécifiques. L'aromathérapie fait usage de ces huiles essentielles à la puissance toute naturelle pour favoriser la santé du corps et de l'esprit. Ces huiles essentielles peuvent s'utiliser de différentes manières: en diffusion dans l'atmosphère ou encore sous forme de massage cutané. Leurs effets sont multiples, qu'elles servent à défendre ou à stimuler, à purifier, à agir sur les voies respiratoires...

**Pour jour des bienfaits des huiles essentielles en toute sécurité, quelques recommandations:**

Les huiles essentielles sont extrêmement concentrées! Pour produire un kilogramme d'huile, il faut parfois des centaines de kilos de plantes fraîches. Elles doivent donc s'utiliser avec prudence et savoir-faire (consulter un ouvrage spécialisé en la matière). Tout usage erroné peut s'avérer dangereux!

- 1) Conservez les huiles dans un endroit frais, dans un flacon bien fermé et à l'abri des enfants!
- 2) Ne pas utiliser durant la grossesse ni l'allaitement!
- 3) Utilisation déconseillée chez les bébés et les enfants en dessous de 3 ans!
- 4) Utilisez avec précaution en cas d'épilepsie, d'asthme ou d'affections cardiaques.
- 5) Ne jamais appliquer à l'état pur sur la peau, toujours dilué dans une huile végétale ou une crème, du gel ou du shampooing neutre, aussi dans le bain.
- 6) Certains composants naturels des huiles essentielles peuvent provoquer des réactions allergiques chez les personnes hypersensibles (par exemple citral, d-limonène, linalol, geraniol, citronnellol,...). Allergènes sont toujours indiqués sur l'emballage!  
**Conseil:** en cas de peau sensible ou allergique: faites un test préalable en appliquant dans le pli du coude une goutte d'huile essentielle diluée dans un peu d'huile végétale (par exemple de l'huile d'amande douce). Après 24 heures, si aucunes rougeurs, démangeaisons ou irritations n'apparaissent, l'huile essentielle peut être utilisée.
- 7) Certaines synergies contiennent les huiles d'agrumes (écorce de bergamote, d'orange, de citron, de pamplemousse, de mandarine) sont photosensibilisantes! Éviter l'exposition au soleil ou au banc solaire durant au moins 12 heures après utilisation sur la peau!
- 8) Les synergies sont inflammables et volatiles. Ne les exposez jamais à de hautes températures.
- 9) Synergies sont exclusivement réservées à un usage externe! Ne convient pas à une utilisation en gouttes pour les yeux ou les oreilles. Évitez tout contact avec les yeux et les muqueuses. En cas de contact accidentel avec les yeux, rincez abondamment à l'eau pure. S'il y a irritation ou lésion apparente, consultez immédiatement un ophtalmologue.
- 10) Boire un peu d'huile végétale en cas d'ingestion involontaire d'une trop grande quantité et consultez le centre Antipoison.
- 11) Centre Antipoison: • Belgique : +32 70 245 245 • France: • Lyon: +33 472 11 69 11 • Marseille: +33 491 75 25 25 • Paris: +33 140 05 48 48

**Les synergies aromatiques de Physalis: les garanties de qualité**

- 100% pures, naturelles et bio. Ni traitées chimiquement, ni modifiées, ni diluées, ni rectifiées (adaptées à une composition standard au moyen de produits chimiques ou lors d'une deuxième distillation qui permet d'en concentrer certains composants), ni reconstituées, ni détériorées.

**Massage, bain, douche**

Les synergies se prêtent parfaitement à une utilisation lors d'un massage relaxant, dans un bain délassant ou avec une douche stimulante. Elles pénètrent facilement dans la peau où elles exercent leur action bienfaisante. A cet effet, diluez-les dans une huile végétale (type huile d'amande douce ou de jojoba).

**Quelques conseils pour l'utilisation en usage externe:**

- Huile de massage: 2,5 à 5% d'huile essentielle ou 5 à 10 gouttes par 10 ml d'huile végétale.
- Huile ou crème pour le visage: 1% d'huile essentielle ou 2 gouttes par 10 ml d'huile végétale ou crème.
- Bain aromatique: 3 à 5% d'huile essentielle ou 6 à 10 gouttes par 10 ml d'huile végétale.
- Shampooing: 1 à 2% d'huile essentielle ou 2 à 4 gouttes par 10 ml.

**Diffusion**

Les synergies aromatiques de Physalis parfument et assainissent l'atmosphère des lieux d'habitation et de travail. Utilisez de préférence des diffuseurs électriques qui ne chauffent pas l'huile et la diffusent en particules extrêmement fines. Il suffit de 15 minutes de diffusion par heure.

**Physalis synergies aromatiques**

**Always Zen**

Favorise un état de calme intérieur et de tranquillité d'esprit, permettant de faire le vide dans la tête.  
*Avec une synergie d'huiles essentielles 100% biologiques de lavande vrai, lavandin, mandarine verte, bergamote, myrte, marjolaine, coriandre, litsée citronnée, orange douce, citron, ravintsara, ylang ylang, mélisse citronnée, verveine citronnée.*

**Ayurveda**

Les senteurs épicées rétablissent l'équilibre entre les doshas ou canaux d'énergie vitale et favorisent ainsi le bien-être.  
*Avec une synergie d'huiles essentielles 100% biologiques d'encens, clou de girofle, gingembre, palmarosa, carvi, poivre noir, cannelle, patchouli, cardamome, coriandre.*

**Clear Mind**

Contribue à maintenir l'attention et la vigilance lorsque c'est nécessaire.  
*Avec une synergie d'huiles essentielles 100% biologiques de pin sylvestre, romarin, menthe poivrée, menthe des champs, épinette noire, sapin baumier, menthe citronnée, noix de muscade, thym à bornéol, petitgrain, gingembre, clou de girofle.*

**Good Karma**

Les senteurs vivifiantes apportent sérénité, bien-être et pensées positives.  
*Avec une synergie d'huiles essentielles 100% biologiques de geranium, petitgrain, palmarosa, ylang ylang, bergamote, litsée citronnée, basilic, fenouil, ciste, camomille matricaire.*

**Good Night**

Favorise le repos nocturne et permet ainsi de commencer la journée en pleine forme et débordant d'énergie.  
*Avec une synergie d'huiles essentielles 100% biologiques d'orange douce, lavandin, lavande vrai, petitgrain, litsée citronnée, mandarine verte, bergamote, marjolaine, myrte, geranium, ylang ylang, verveine citronnée, mélisse citronnée.*

**Green Detox**

Purifie en profondeur les espaces de vie et de travail, chassant de manière naturelle les mauvaises odeurs.  
*Avec une synergie d'huiles essentielles 100% biologiques de tea tree, ravintsara, saro, aneth, menthe verte, fenouil, geranium, sauge à feuilles de lavande, eucalyptus globulus, romarin, niaouli, orange douce, mandarine verte, pamplemousse, litsée citronnée, citron, eucalyptus citronné, lavande vrai, origan, pin sylvestre, clou de girofle, menthe poivrée, cèdre, gingembre, genévrier, thym rouge, cannelle, marjolaine, verveine citronnée, noix de muscade.*

**Immunity**

Idéal pour armer votre organisme contre les petits maux de l'hiver, spécialement pendant les périodes de fatigue, de stress et de mauvaises conditions climatiques.  
*Avec une synergie d'huiles essentielles 100% biologiques de ravintsara, niaouli, pin sylvestre, eucalyptus radiata, tea tree, origan, thym jaune, thym rouge, citron jaune, sarriette des montagnes, vetiver.*

**No Stress**

Augmente la résistance au stress et aide à décompresser pendant les périodes de tensions.  
*Avec une synergie d'huiles essentielles 100% biologiques de petitgrain, lavande vrai, lavandin, épinette noire, coriandre, marjolaine, menthe citronnée, litsée citronnée, thym à bornéol, mandarine verte, orange douce, ravintsara, ylang ylang, encens, clou de girofle, verveine citronnée, gingembre, néroli.*

**Red Energy**

Les senteurs vitalisantes vous apporteront tonus et vigueur.  
*Avec une synergie d'huiles essentielles 100% biologiques de menthe poivrée, romarin à camphre, basilic, gingembre, poivre noir, pin sylvestre, sarriette des montagnes, clou de girofle, cannelle, verveine citronnée, culture biologique*

**Respiration**

Aide à respirer librement, procurant un effet immédiat de confort.  
*Avec une synergie d'huiles essentielles 100% biologiques de eucalyptus globulus, eucalyptus radiata, ravintsara, pin sylvestre, niaouli, menthe des champs, menthe poivrée, menthe verte, myrte, origan, badiane, genévrier, lavande aspic, romarin, thym rouge, thym jaune.*

**Sensual**

Les senteurs sensuelles exercent un effet bénéfique sur la sensualité, le plaisir et le désir.  
*Avec une synergie d'huiles essentielles 100% biologiques d'ylang ylang, petitgrain, poivre noir, sauge sclérée, gingembre, cèdre, orange douce, citron jaune, badiane, patchouli, vetiver, jasmijn.*

**Yin Yang**

Convient idéalement pour rétablir l'équilibre entre ces deux forces vitales complémentaires et restaurer l'harmonie de votre moi intérieur.  
*Avec une synergie d'huiles essentielles 100% biologiques de petitgrain, menthe poivrée, romarin à camphre, basilic, gingembre, poivre noir, pin sylvestre, lavande vrai, lavandin, épinette noire, coriandre, marjolaine, clou de girofle, menthe citronnée, litsée citronnée, sarriette des montagnes, thym à bornéol, mandarine verte, orange douce, ravintsara, ylang ylang, encens, canelle, néroli, verveine citronnée.*

Bad / bain Massage Verstuiven / diffusion	circulatie circulation	detox / zuiveren / purifier	gewrichten / spieren articulations / muscles	huidverzorging soins de la peau	luchtwegen voies respiratoires	relax / stress / sloap relax / stress / sommeil	vitaliteit / energie vitalité / énergie	weerstand résistance	voorzorgsmaatregelen recommandations
Always Zen	☞☝					☞☝☞			7
Ayurveda	☞		☞☝☞☞☞		☞		☞☞☞		6
Clear Mind		☞					☞☞☞	☞☞	4
Good Karma				☞☞		☞☞☞☞			4, 6, 7
Good Night						☞☞☞☞			7
Green Detox	☞☞☞☞☞			☞☞	☞		☞☞☞☞		4
Immunity		☞☞		☞☞	☞☞☞☞			☞☞☞☞	
No Stress				☞		☞☞☞☞			6, 7
Red Energy							☞☞☞☞		4, 6
Respiration				☞☞☞☞	☞☞☞☞			☞☞☞☞☞	4
Sensual	☞☞☞			☞☞☞☞	☞☞☞☞			☞☞☞☞☞	6, 7
Yin Yang					☞☞☞☞☞		☞☞☞☞		4, 6