

Terapi og Velvære SKRUBB for kroppen

Innhold:

Himalayasalt, uraffinert salt fra Himalaya, med om lag 84 mineraler, salt av sjø som tørket inn for ca 200 mill år siden, m.a. jern gjer den rosa fargen.

Økologisk Sesamolje (Sesamum indicum)

Inneholder ulike fettsyrer og antioksidanter. Brukes gjerne på hud med eksem òg. Sesamplanten er dyrket i mellomøsten i over 4000 år, og er mykje brukt til både mat, og kropp. Er ein sentral olje i Ayurveda.

Økologisk Jojobaolje (Simmondsia Chinensis)

Består av største del flytande voks, som gjer den ulik andre oljer. Beskytter og binder fuktighet til huden, passer alle hudtyper. Jojobaplanten er ein grøn busk som vokser naturlig i ørkenområder i Nordamerika, lever i 50-200 år.

Økologisk Macadamiaolje (Macadamia ternifolia)

Inneholder 20% palmitolsyra, som finnes naturlig i underhudsfettet vårt og er viktig for hudens vitalitet, og hjelper med å holde på fuktighet. Mengden pamlitolsyre i huden minsker med årene Oljen er fra nøttene som vokser på macadamia træet. Det vokser i Australia, vokser vilt i regnskogene i Queensland

Eterisk olje av Lavendel, Kamille (Romersk) eller Rosmarin

Lavendel (Lavendula augustifolium) Fin til barn, og kan brukes ufortynna.

Denne eteriske oljen bør finnes i kvar ein heim.

Lavendel er den mest allsidige og mest brukte eteriske oljen.

Lavendel er *beroligende*, og kan hjelpe ved depresjon, hodepine og stress. Er *betennelseshemmende*, og er fin ved astma, bronkitt, halsbetennelse og kikhoste, også ved lus. Er *smertestillende*, og kan brukes ved magekrampe, kolikk, kvalme og luft i magen. Er cellefornyende og er derfor god på forbrenninger, brannsår, solbrenthet, fotsopp, kutt og andre sår og insektsstikk.

Kamille Kvit/Romersk (Anthemis nobilis)

Ypperlig til hudpleie. Balanserende, beroligende og mild. Spesielt egnet til sensitiv og betent hud. Brukes også ved kolikk, søvnløshet, migrene og stressrelaterte plager. Ved smerter, som øreverk og tannverk og ved tannfremvekst hjå born.

Rosmarin (Rosemarinus Officinalis)

Mental klarhet og Indre Styrke, Stimulerende og oppkvikkende. Stimulerer blodsirkulasjon, leverfunksjon og fordøyelse. Fin ved forkjølelse, influensa og infeksjoner, også ve nervesmerter og mental tretthet og stressrelaterte plager. Brukes ikkje av gravide, hyperaktive, epileptikere og folk med høgt blodtrykk.

Bruk gode, reine og gjerne økologiske eteriske oljer. Ta kontakt om du ønsker å kjøpe eteriske oljer, eg har litt for sal. Kontakt: cecilie@bjornebruket.no