

En cas de coup de blues, de surmenage, de stress, de crise d'angoisse ou encore de choc émotionnel, les puissantes vertus des huiles essentielles peuvent vous être d'un précieux secours et vous aider à passer une période difficile. Voici quatre huiles essentielles pouvant être utilisées en diffusion.



**Lavande fine Bio (*Lavandula angustifolia*)**  
**Apaisante & bonne nuit**

Reconnue pour ses vertus apaisantes exceptionnelles et favorisant un bon sommeil, l'huile essentielle de Lavande Fine Bio de MyCosmetik est systématiquement analysée en laboratoire pour garantir sa teneur en principes actifs.



**Néroli Bio (*Citrus aurantium var. amara*)**  
**Harmonisante & anti-surmenage**

La référence pour venir à bout des chocs émotionnels, du surmenage, de l'épuisement, des traumatismes, du mal-être et des coups de blues. Sa fragrance exceptionnelle rééquilibre le système nerveux.



**Mandarine Bio (*Citrus reticulata*)**  
**Stress & angoisse**

En plus de son odeur délicieuse, l'huile essentielle de mandarine est votre alliée contre le stress et les petites angoisses qu'elle calme et apaise. En bonus, ses bienfaits favorisent un bon sommeil réparateur.



**Litsée Citronnée Bio (*Litsea cubeba*)**  
**Apaisante nerveuse et anti-déprime**

L'huile essentielle de listée citronnée est calmante et aide à lutter contre les baisses de moral. En diffusion comme en massage, ses vertus antidépressives sont étonnantes.