



PRIMAVERA®

Pure nature. Perfect balance.



Huiles essentielles chémotypées pour votre mieux-être

Biologiques 100% pures et naturelles



TABLE DES MATIÈRES

Primavera :

La puissance de la plante au service du corps,
de l'âme et de l'esprit 4

La garantie d'une qualité supérieure 5

Les notes des parfums et leurs effets 6

Comment utiliser les huiles essentielles 7

Les effets psychologiques des huiles essentielles 9

Huiles essentielles chémotypées Primavera

Propriétés harmonisantes

10-16

Primavera : la puissance de la plante au service du corps, de l'âme et de l'esprit

Primavera produit et vend des huiles essentielles 100% pures et naturelles à partir de plantes récoltées dans leur propre terroir. Très respectueux de leur force et de leurs effets, Primavera apporte toute son expérience pour les traiter et les transformer en produits de haute valeur.

Son amour de la nature, sa conscience environnementale, sa contribution à la biodiversité sont des éléments que Primavera partage avec 19 partenaires dans le monde.

Ses cultures sont écologiques, attentives à une croissance durable des plantes à partir de méthodes douces et sur base du commerce équitable.



Primavera : la garantie d'une qualité supérieure

Les huiles essentielles sont:

- **dans leur état originel** – elles sont naturelles et non modifiées
- **authentiques** – elles contiennent seulement les huiles des plantes mentionnées
- **inaltérées** – elles ne contiennent pas d'additifs, ni artificiels, ni synthétiques
- **pures** – elles ne sont pas mélangées avec des plantes d'origine inférieure
- **d'origine végétale 100% naturelle** – elles sont toutes créées sur base de vraies plantes

Primavera n'utilise pas d'arômes d'origine animale.

Primavera garantit des produits de qualité supérieure provenant de la culture certifiée biologique d'herbes traditionnelles et de plantes aromatiques
Une part d'entre elles sont Demeter, de culture bio-dynamique

Primavera est agréé:



Soil & More
(protection des sols)



Green Brand
(protection de l'environnement)



Natrue (produits cosmétiques avec des ingrédients naturels et biologiques)



Les notes des parfums et leurs effets

On appelle huile essentielle le liquide concentré et hydrophobe des composés aromatiques odoriférants et volatils d'une plante. Les parfums des huiles essentielles se déclinent en différentes notes en fonction de leur volatilité :

Note de tête (très volatile): rafraîchissant, vivifiant, améliore la concentration

Note de tête-cœur: stimulant et calmant en même temps émotionnellement

Note de cœur: l'harmonisation, calme, renforce la sensualité

Note de tête-terre: harmonisation et vivifiant à la fois

Note de terre (beaucoup moins volatile) : « ancre les racines », rappelle le calme printanier des bois, réconfortant



Les huiles essentielles développent une foule d'effets différents que nous avons catalogués en couleur :

JOIE

HARMONIE

RELAX

VITALITÉ

RECENTRANT



Comment utiliser les huiles essentielles

L'aromathérapie est l'utilisation des huiles essentielles pour l'harmonisation de la santé physique et mentale. C'est une méthode naturelle qui repose sur l'activité des molécules biochimiques des huiles essentielles.

BON À SAVOIR !

Les huiles essentielles sont des extraits très concentrés de plantes et doivent être utilisées en petite quantité. Chaque goutte représente 30g de plante. Il convient d'adapter le dosage.

Il existe plusieurs façons de les utiliser. Les principales sont les suivantes :

VOIE OLFACTIVE

Nos émotions, nos peurs, nos aversions sont souvent reliées à nos sensations olfactives : les huiles essentielles sont transportées dans nos poumons puis dans notre sang pour atteindre notre cerveau et produire leur bienfait émotionnel sur l'équilibre nerveux, hormonal et émotionnel du moment. Le cerveau enregistre aussi les odeurs. C'est ainsi que les parfums, les senteurs, les fragrances influencent notre bien-être.

VOIE CUTANÉE

La qualité de la peau est étroitement liée au système nerveux végétatif.

- Appliquer l'huile essentielle sur la peau avec un support d'huile végétale ou dans une crème
- Ajouter l'huile essentielle au bain ou dans un sauna suivant les conseils d'un spécialiste en la matière

VOIE INTERNE

Pour ce type d'usage, demandez toujours conseil à votre thérapeute.



Les effets psychologiques des huiles essentielles

Addiction: Jasmin, Sauge sclarée, Patchouli, Ylang Ylang

Agression: Jasmin, Bois de santal, Camomille romaine, Cèdre, Rose, Ylang Ylang

Choc: Mélisse, Néroli, Menthe poivrée, Neroli

Colère: Benzoe, Camomille romaine, Lavande, Neroli

Deuil: Bergamote, Pamplemousse, Melisse, Orange, Rose, Saug

Dépression: Basilic, Benzoe, Bergamote, Jasmin, Mélisse, Saug sclarée, Rose, Ylang Ylang

Frigidité émotionnelle: Fenouil, Géranium, Jasmin, Rose, Ylang Ylang

Hystérie: Benzoe, Camomille romaine, Lavande, Marjolaine, Saug sclarée, Néroli, Ylang Ylang

Mélancolie: Basilic, Bergamote, Pamplemousse

Panique: Jasmin, Rose

Peur: Géranium, Jasmin, Camomille romaine, Mélisse, Néroli, Rose, Saug sclarée

Stress: Benzoe, Bergamote, Bois de rose, Bois de santal, Cèdre, Cannelle, Fenouil, Mélisse, Saug sclarée



Huiles essentielles chémotypées Primavera




DÉNOMINATION	NOM LATIN	LABEL	PROPRIÉTÉS
ARBRE A THE - TEA TREE Feuille 5 ml	Melaleuca alternifolia	BIO	Aide à retrouver l'énergie durant les périodes de stress. Effet calmant et revigorant.
BASILIC EXOTIQUE 10% Plante 5 ml	Ocimum basilicum	BIO	Apaise l'esprit et le fortifie, donne de l'enthousiasme. En cas d'insomnie dû au stress, ressassement des soucis, excès alimentaires. Pour ceux qui ont les idées fixes. Aide à changer de voie.
BENZOE SIAM - 5 ml	Styrax tonkinensis	BIO	Exerce un effet énergisant sur le moral, il aide à positiver et favorise l'équilibre émotionnel. Réconforte les personnes tristes. Calme les colères et l'irritabilité. Permet de se détendre, de soulager les tensions, les maux de tête dus à un épuisement nerveux.
BERGAMOTE Zeste 5 ml	Citrus aurant. bergamia	BIO	Dissout les peurs et stimule la joie de vivre. Favorise la détente, la paix intérieure, la méditation et le détachement. Permet de dissiper les pensées négatives. Soulage la dépression et le stress relatifs aux circonstances.
BOIS DE ROSE Bois 5 ml	Aniba rosaeodora	BIO	Aide à lutter contre la dépression et rééquilibre le système nerveux en cas de fatigue nerveuse et de surmenage. Stimulante et revigorante, elle augmente les émotions positives et exerce une action tonique sur le psychisme. Aide à dire non (pour les personnes qui portent le monde entier sur les épaules).
BOIS DE SANTAL Bois 5 ml	Santalum album	BIO	Permet aux personnes introverties de devenir plus sociables. Très utile durant les périodes de deuil et de séparation. Stimule les désirs sexuels et combat la frigidité et l'impuissance. Huile du corps subtil, elle est recommandée pour éveiller le pouvoir de la kundalini et refaire le lien entre les chakras.
CAMOMILLE MATRICIAIRE Fleur 5 ml	Ormenis multicaulis	BIO	Calme, rassure surtout lorsque l'environnement est perçu comme agressif avec impression d'être sans défense. Combat l'attitude défensive qui peut provoquer des allergies






DÉNOMINATION	NOM LATIN	LABEL	PROPRIÉTÉS
CAMOMILLE ROMAINE Fleur 5 ml	Chamaemelum nobile	 BIO	Calme les émotions, recentre, nous ramène dans l'équilibre et nous élève vers plus de conscience et de lucidité (après un choc émotionnel : rupture, deuil)
CANNELLE 60% Écorce 5 ml	Cinnamomum zeylanicum (Verum)	BIO	Action stimulante en cas de fatigue passagère ou d'asthénie. Stimule la créativité et apaise les nerfs. Améliore le fonctionnement sexuel chez l'homme.
CEDRE ATLANTIQUE Bois 5 ml	Cedrus atlantica	BIO	Dissout les soucis et les blocages suite à colère. Réconforte, apaise. Combat la dispersion psychologie ou spirituelle. Permet de résister à des événements ou des émotions imprévus.
CISTE Feuille + branche 5 ml	Cistus ladanifer	BIO	Ouvre l'esprit grâce à son pouvoir sur le mental. Renforce les capacités spirituelles.
CITRON LIMONUM Zeste 10 ml	Citrus limon	 BIO	Aide à s'affirmer, respire l'enthousiasme, la joie. En affinité avec le plan mental, elle stimule et élève l'esprit, a une vigueur bien à elle. Renforce le mental de patients déprimés ou angoissés en particulier dans les phases terminales de maladies graves.
CITRONNELLE Feuille 5 ml	Cymbopogon nardus	BIO	Confère le confort et le courage d'affronter et de résoudre les conflits. Apaise les accès de colère.
CYPRES Branche 5 ml	Cupressus sempervirens	BIO	Le sage : tempère, rend plus philosophe, apporte patience, sérénité. Pour les impatientes et les craintifs de l'avenir. Permet d'élever nos pensées vers les choses essentielles de la vie et de la mort, donne de la structure et aide à concrétiser. Favorise le retour à l'unité. Aide ceux qui se dispersent à se concentrer et à se canaliser sur l'essentiel. Aide les rêveurs qui gaspillent leurs énergies ou fuient la réalité.
ENCENS ARABE Résine 5 ml	Boswellia sacra	CONV	Aide idéale à la méditation, à la contemplation et à la prière, pour cesser le bavardage mental. Augmente la force morale, élève la spiritualité. Redonne confiance en soi, aide à se recentrer. Tranquillise en douceur, mais clarifie en profondeur l'intellect. Calme la cacophonie des pensées.
ENCENS INDIEN Résine 5 ml	Boswellia serrata	CONV	Dissout les schémas de rigidité mentale, les obsessions, la tension et la fatigue nerveuse. Assouplit, détend, revitalise. Aide à modifier sa vision des choses.




DÉNOMINATION	NOM LATIN	LABEL	PROPRIÉTÉS
ESTRAGON 12% Plante 5 ml	Artemisia dracunculus	CONV	Secours énergétique qui traite les états de choc causés par une peur soudaine, apaise le corps mental en lui permettant de surmonter la confusion.
EUCALYPTUS CITRONNE Feuille + branche 5 ml	Corymbia citriodora	BIO	Détend en profondeur les tempéraments sanguins. Aide à agir de manière réfléchie et à relativiser.
EUCALYPTUS GLOBULUS Feuille + branche 5 ml	Eucalyptus globulus (60% cinéol)	BIO	Apporte la sérénité et recentre les personnes dispersées, stressées, en rupture d'équilibre avec leur environnement (spasmes respiratoires). Augmente les capacités intellectuelles.
EUCALYPTUS RADIATA Feuille + branche 5 ml	Eucalyptus radiata	BIO	Libère des craintes et de l'anxiété. Aide à neutraliser les agressions psychiques et à diminuer l'agressivité intérieure.
FENOUIL 19% Semence 5 ml	Foeniculum vulgare dulce	BIO	Tempère la tension nerveuse, la négativité.
GENEVRIER Baie 5 ml	Juniperus communis comm.	BIO	Aide à rompre la stagnation psychologique, dissout et aide à transformer les vieux schémas mentaux, les peurs et soucis récurrents, les mauvais souvenirs. Aide à redémarrer, rend constructif, actif, entreprenant. Renforce la volonté et redonne du courage.
GERANIUM ROSAT Feuille 10 ml	Pelargonium graveolens	 BIO	Procure une sensation d'apaisement et neutralise le stress. Rend propice à la méditation. Favorise l'élévation de la conscience et les perceptions cardiaques.
GIROFLE Bourgeon 5 ml	Syzygium aromaticum (Eug. Car.)	BIO	Action légèrement aphrodisiaque, redonne force et vigueur.
IMMORTELLE (Hélichryse) Plante 5 ml	Helichrysum italicum	BIO	Apporte la force intérieure, stimule la créativité pour ceux qui ont besoin d'écoute, d'encouragement. Aide à plus de compassion et à être moins égocentrique.





DÉNOMINATION	NOM LATIN	LABEL	PROPRIÉTÉS
JASMIN absolu Fleur 1 ml	Jasminum grandiflorum	CONV	Contribue à réveiller la passion et à l'associer à l'amour physique. Traditionnellement connue comme «plante de la fertilité», dans le domaine mental et spirituel, elle reflète sa capacité à rétablir la créativité et la «fécondité de l'esprit».
LAURIER NOBLE 30% Feuille 5 ml	Laurus nobile	BIO	Développe inspiration et créativité, et donne confiance à ceux qui sous-estiment leurs capacités ou ont des difficultés à s'exprimer verbalement. Aide à dépasser ses limites.
LAVANDE ASPIC Sommité fleurie 5 ml	Lavendula latifolia	BIO	Rééquilibre la personne en constant décalage avec le monde comme avec elle-même, en quête de valeurs sûres et de conscience nouvelle. Dissout la rigidité mentale, le manque de tolérance et d'ouverture d'esprit. Aide à transformer les schémas mentaux.
LAVANDE FINE Sommité fleurie 10 ml	Lavandula angustifolia	 BIO	Relaxe, enveloppe, maternelle, rassure avec amour. Conseillée en cas d'insomnie suite à une peur, une absence physique ou affective. Favorise la relaxation, la méditation et l'endormissement. Aide à lutter contre les excès d'émotivité et de sensibilité.
LAVANDIN SUPER Sommité fleurie 5 ml	Lavendula hybrida	 BIO	Antidépresseur et relaxant, elle combat les migraines et l'insomnie.
LEMONGRASS Plante 10 ml	Cymbopogon flexuosus	BIO	Tempère tous les excès, génère le courage de surmonter toutes les situations, adoucit les attitudes mentales rigides transformant une perspective pessimiste en optimiste. Ancre la capacité de flexibilité de la pensée et développe un tempérament confiant et réceptif.
LITSEA Fruit 5 ml	Litsea cubeba	BIO	Favorise le sommeil en calmant l'agitation nerveuse qui alimente l'insomnie.
MANDARINE ROUGE Zeste 5 ml	Citrus reticulata	 BIO	Développe la créativité et l'intuition en cas de stress ou de problèmes. Stimule énergétiquement la capacité d'envisager les changements avec enthousiasme et joie, suscite une plus grande réceptivité qui permet d'accepter les dons de la vie. Pour les personnes timides, car elle rend les échanges sociaux plus faciles et leur permet de se sentir plus à l'aise dans de nouvelles situations.
MANDARINE VERTE Zeste 5 ml	Citrus reticulata	BIO	Calme l'agitation nerveuse et favorise le sommeil.




DÉNOMINATION	NOM LATIN	LABEL	PROPRIÉTÉS
MARJOLAINE Plante 5 ml	Origanum majorana	 BIO	Relaxe le corps et l'esprit. Calme les émotions dans les périodes de grandes tensions et rééquilibre l'énergie. Apporte du réconfort en cas de séparation, deuil et tristesse. Aide à contrôler les désirs sexuels trop intenses.
MELISSE Plante 1 ml	Melissa officinalis	 BIO	A la fois calmante et revigorante, elle relaxe, calme, déstresse, surtout en cas d'hyper-émotivité. Evite de sombrer dans l'indifférence, la tristesse et la dépression.
MENTHE POIVREE Feuille 5 ml	Mentha piperita	BIO	Chasse les idées noires, stimule, éveille les sensations psychiques et permet de réagir avec plus d'acuité. Agit sur le cerveau gauche, stimule le sens cartésien et analytique et aide à garder la tête froide.
MYRTE DE TURQUIE Branche 5 ml	Myrtus communis	BIO	Aide en cas d'insomnie et de fatigue hépatique.
NEROLI Fleur 1 ml	Citrus aurantium ssp aur.	BIO	Relaxe, apaise et rassure. Combat la tension nerveuse et la tristesse en apportant la joie au cœur. Calme les états de panique et de grandes tensions (examens, accouchement).
NIAOULI Branche 5 ml	Melaleuca quiquinerva	BIO	Réconcilie avec les aspects concrets de l'existence. Donne des assises, dissipe la confusion mentale et combat l'épuisement nerveux en cas de faible immunité.
ORANGE DOUCE Zeste 5 ml	Citrus sinensis	 BIO	Équilibre le physique avec le mental, apporte joie, créativité. Utile si émotionnellement et sexuellement blessé.
ORANGE SANGUINE Zeste 5 ml	Citrus sinensis	 BIO	Équilibre le physique avec le mental, apporte joie, créativité. Utile si émotionnellement et sexuellement blessé.
ORIGAN Plante 31% 5 ml	Origanum vulgare	BIO	Tonifie en cas de fatigue psychique, d'épuisement nerveux.



DÉNOMINATION	NOM LATIN	LABEL	PROPRIÉTÉS
PALMAROSA Feuille 5 ml	Cymbopogon martinii motia	BIO	Apaise les émotions liées aux tempéraments "feu" : irritabilité, stress, colère, frustration, hystérie, excitation, insomnie, hyperémotivité. Réduit le sentiment de culpabilité. Elève notre conscience.
PAMPLEMOUSSE Zeste 5 ml	Citrus paradisi	BIO	Revigore l'esprit, apporte la joie intérieure. Aide à retrouver l'énergie du désir.
PATCHOULI Feuille 5 ml	Pogostemon cablin	BIO	Donne la stabilité et l'enracinement. Combat les peurs, l'incertitude, le manque de confiance en soi. Permet de nous réconcilier avec nos origines. Donne le courage d'exprimer calmement ses émotions. Réveille notre sensualité et notre fantaisie, dissout les tensions et favorise le laisser-aller.
PETIT GRAIN Feuille + branche 5 ml	Citrus aurantium ssp aur. Amara	BIO	Soulage la dépression, calme la colère, apaise les obsessions.
PIN SYLVESTRE Branche 5 ml	Pinus sylvestris	BIO	Redonne de l'énergie pour entreprendre. Pour personnes susceptibles aux critiques. Renforce la vigueur, le courage et la force de volonté nécessaires à l'expression des facultés positives.
RAVINTSARA Branche 5 ml	Cinnamomum camphora	BIO	Relaxe, reconstruit, contrôle l'impulsivité, élève l'âme. Renforce la confiance en soi, tant physique que psychique ou spirituelle. Aide au contrôle des émotions, transmet clarté spirituelle et force intérieure.
ROMARIN A CAMPHRE Plante 5 ml	Rosmarinus officinalis camphor.	 BIO	Stimule le système nerveux, augmente la présence d'esprit et améliore la concentration. Aide en période de convalescence. Rééquilibre les émotions et contrôle les humeurs. Entraîne une ouverture du cœur et apporte la sagesse intérieure.
ROMARIN A CINEOL Plante 5 ml	Rosmarinus officinalis cineol	BIO	Stimule les inhibés, les introvertis, rend la joie de vivre. Bon stimulant pour celui qui "se fait de la bile". Renforce les pensées positives des personnes aigries, inquiètes et suspicieuses. Aide au développement de l'expression verbale. Renforce les capacités de mémorisation, d'analyse et de synthèse.
ROMARIN VERBENONE Plante 5 ml	Rosmarinus officinalis verbenon	 BIO	Aide à s'accomplir dans la sagesse et l'amour. Soulage les peines de coeur et est bénéfique en cas de rupture relationnelle. Aide à prendre la responsabilité de la relation en montrant en quoi elle a été utile. Favorise la libération du chagrin.



DÉNOMINATION	NOM LATIN	LABEL	PROPRIÉTÉS
ROSE DU MAROC absolue Fleur 1 ml	Rosa damascena	CONV	Baume pour l'âme, ouvre la conscience, équilibre. Ouvre à l'amour universel, la compassion et la tendresse. Aide à s'élever au-dessus des passions et à fortifier le psychisme. Puissant harmonisant psycho-émotionnel en cas d'anxiété nerveuse, de dépression, d'insomnie ou de palpitations. Donne courage, force, énergie et favorise la projection des pensées, la visualisation et la concentration.
ROSE DE TURQUIE 10% Fleur 5 ml	Rosa damascena	BIO	Baume pour l'âme, ouvre la conscience, équilibre. Ouvre à l'amour universel, la compassion et la tendresse. Aide à s'élever au-dessus des passions et à fortifier le psychisme. Puissant harmonisant psycho-émotionnel en cas d'anxiété nerveuse, de dépression, d'insomnie ou de palpitations. Donne courage, force, énergie et favorise la projection des pensées, la visualisation et la concentration.
SAUGE OFFICINALE Plante 5 ml	Salvia officinalis	BIO	Stimule la combativité, redonne des forces sur le plan psychique. Aide au discernement et aide à maintenir un bon moral. Effet très positif sur les personnes déprimées. Régule l'excès de passion et d'hyperactivité.
SAUGE SCLAREE Plante 5 ml	Salvia sclarea	 BIO	Stimule la combativité, redonne des forces sur le plan psychique. Aide au discernement et aide à maintenir un bon moral. Effet très positif sur les personnes déprimées. Régule l'excès de passion et d'hyperactivité.
THYM LINALOL Plante 5 ml	Thymus vulg. linalol	BIO	Aide à retrouver le sens du devoir et de la justice. Rassure en cas d'inquiétude suite à des problèmes psychiques (ex : enfant devant conflits parentaux).
THYM THYMOL 19% Plante 5 ml	Thymus vulg. thymol	BIO	Aide les déracinés pour revenir les pieds sur terre. Aide à revenir au réel, à être authentique, persévérant et courageux.
VANILLE 15 % Gousse 5 ml	Vanilla planifolia	BIO	Apaise et relaxe. Agit sur le stress et la dépression passagère. Aide en cas d'impuissance.
VERVEINE France 100% Plante 1 ml	Lippia citriodora	BIO	Combat la mauvaise estime de soi. Aide à apprécier les plaisirs simples.
YLANG YLANG Extra Fleur 5 ml	Cananga odorata	BIO	Donne le désir de vaincre. Appui précieux pour surmonter l'impatience, la colère, l'irritation, l'angoisse, la dépression, l'insomnie et la phobie. Aide à lutter contre la tristesse et la morosité, procure un sentiment de paix et d'amour profond. Chasse le doute, ouvre à la sexualité. Déclenche légèreté, joie, euphorie et sensualité sans culpabilité. Excellents résultats en cas de nervosité et de troubles psychique chez les enfants atteints d'eczéma.





PRIMAVERA®

Pure nature. Perfect balance.



- AROMATHÉRAPIE
- HUILES VÉGÉTALES
- AIRSPRAY D'AMBIANCE

Primavera® garantit des produits de qualité supérieure

- ✓ certifiés biologiques
- ✓ 100% purs et naturels

Le **commerce équitable** et la **culture écologique** constituent l'essence de la philosophie de travail de Primavera®.

Votre point-conseil :


Bio-Life
LABORATORY

info@biolife.be - www.biolife.be

