



Erbe di Sardegna
cosmesi naturale

Ricette fai-da-te per olio essenziale di geranio

Per ridurre i sentimenti di tristezza e stress e migliorare la funzione cognitiva

-diffondere 2-3 gocce di olio essenziale di geranio in un diffusore di olio essenziale. Ciò ha l'ulteriore vantaggio di lenire il mal di gola e affrontare le infezioni del seno.

Per capelli

Per creare un **balsamo** che **idrata delicatamente** e **ripristina il pH naturale** del cuoio capelluto per ciocche che appaiono e risultano più morbide e più sane:

- **combina** 1 tazza di acqua, 2 cucchiaini di Aceto di mele e 10 gocce di olio essenziale di geranio in un flacone spray di vetro da 240 ml.
- **agita** energicamente la bottiglia per mescolare accuratamente tutti gli ingredienti insieme.

Per usare questo balsamo, **spruzzalo** sui capelli, lascialo in ammollo per **5 minuti**, quindi risciacqua. Questa ricetta dovrebbe produrre 20-30 usi.

Infezioni pelle

Per aiutare a prevenire l'infezione

- **applica** due gocce di olio di geranio combinato con un olio vettore come l'olio di cocco sull'area interessata, come un taglio o una ferita, due volte al giorno fino a quando non è guarito.

Se la pelle è affetta da acne o dermatite:

- **diluisci** semplicemente 5 gocce di olio essenziale di geranio in 1 cucchiaino di olio di cocco. Successivamente, **massaggia delicatamente** questa miscela sulla zona interessata due volte al giorno. Può essere utilizzato ogni giorno fino a quando i risultati non sono visibili. In **alternativa**, 2 gocce di olio essenziale di geranio possono essere aggiunte a un normale detergente per il viso o al lavaggio del corpo.

Ridurre le rughe

- **aggiungi** due gocce di olio di geranio alla **lozione** per il **viso** e applicalo due volte al giorno. Dopo una settimana o due, potresti semplicemente vedere che le rughe iniziano a svanire.

Per rassodare le aree più estese della pelle

- **crea un olio da massaggio** diluendo 5 gocce di olio essenziale di geranio in 1 cucchiaio di Jojoba prima di massaggiarlo nelle aree interessate, concentrandosi in particolare sui muscoli che possono deformarsi. L'olio di geranio è noto non solo per **tonificare** l'addome e **sostenere** la **crecita** di nuova **pelle**, ma anche per **facilitare l'efficacia** del **metabolismo**.

Per una fragranza cosmetica che equilibra l'umore e che può essere applicata al polso, l'interno dei gomiti e il collo allo stesso modo di un profumo normale

- **seleziona** prima un olio vettore di una preferenza personale. In un contenitore di vetro asciutto:
- versa 2 cucchiaini dell'olio vettore scelto,
- aggiungi 3 gocce di olio essenziale di geranio,
- 3 gocce di olio essenziale di bergamotto
- 2 gocce di olio essenziale di lavanda.

Copri il contenitore e agitalo bene per **mescolare** accuratamente tutti gli oli insieme. Per usare questo profumo naturale fatto in casa, basta tamponare qualche goccia sui punti di polso sopra menzionati.

In alternativa, una fragranza cosmetica può essere prodotta sotto forma di un deodorante naturale:

- combina 5 gocce di olio essenziale di geranio e 5 cucchiaini di acqua in un flacone spray. Questo **spray per il corpo rinfrescante e antibatterico** può essere utilizzato quotidianamente per eliminare gli odori del corpo.

Repellente per zanzare

- mescola l'olio di geranio con acqua e spruzzalo sul tuo corpo - questo è molto più sicuro degli spray che sono pieni di sostanze chimiche.

