

Secrets

Huiles Essentielles

Paulette Pielquin

Tous Les Secrets et les Bienfaits des Huiles
Essentielles Enfin Révélés...

**Créez vous-même
vos Bougies**

2/2



AVERTISSEMENT

Ce document donne des généralités sur les huiles essentielles, les eaux florales et les huiles végétales qui peuvent être utilisées en soin de la peau.

Les informations que je vous communique ici ont été rédigées avec le plus grand soin à partir des données disponibles que j'ai pu trouver. Ce livre ne peut en aucun cas remplacer l'avis de votre médecin ! Les huiles essentielles possèdent certes des propriétés thérapeutiques, mais il est tout à fait déconseillé de les utiliser sans avoir pris un avis médical éclairé et ce, quel que soit votre problème de santé. Ma responsabilité ne saurait être engagée en cas de détournement ou de mauvais usage des produits présentés ci-dessous.

En particulier, je souhaite attirer votre attention sur le fait que les **huiles essentielles sont des produits concentrés qui doivent être employés avec certaines précautions.**

Je vous remercie de bien vouloir vous reporter directement aux précautions d'emploi présentées dans ce ebook. Enfin, les eaux florales et les huiles végétales décrites ici sont uniquement destinées à être appliquées localement sur la peau. Leur consommation dans l'alimentation est à étudier au cas par cas avec votre naturopathe.

Je vous souhaite la bienvenue dans un monde tout à la fois sacré et mystérieux qu'est le monde des huiles essentielles. De nombreuses civilisations avant nous les ont utilisées et nous ont livré leurs secrets les plus cachés. L'aromathérapie, c'est aussi le plaisir d'expérimenter les utilisations diverses que vous pourrez leur apporter et vous découvrirez leurs bienfaits et le bien-être que ces huiles à la fois mystérieuses et fascinantes pourront vous apporter.

Je vous souhaite que vos premières expériences avec les huiles essentielles soient agréables et porteuses de bien-être et d'harmonie.

Paulette Pielquin



A Lire : TRES IMPORTANT

Cet E-book ne peut être utilisé que pour un usage privé uniquement.

Vous n'avez pas le droit de l'offrir ni de le revendre sans accord de l'auteur.

Toutes reproductions, partielles ou totales, sous quelques formes et procédés sont interdites conformément à l'article L.122-4 du Code de la Propriété Intellectuelle. Toute personne procédant à une utilisation du contenu de ce guide, sans une autorisation expresse et écrite de l'auteur, encourt une peine relative au délit de contrefaçon détaillée à partir de l'article L 335-2 du même Code.

L'auteur s'est efforcé d'être aussi précis et complet que possible lors de la création de cet ouvrage. Malgré ceci, il ne peut en aucun cas garantir ou représenter le contenu de cet ouvrage.

Les Informations contenues dans cet E-book ne peuvent en aucun cas faire l'objet d'une documentation de référence en matière de santé. De ce fait, elles ne peuvent pas se substituer aux traitements et aux soins médicaux sans la recommandation particulière d'un médecin assermenté. Aucune affirmation révélée dans ce livre numérique ne peut servir pour diagnostiquer, traiter ou guérir une maladie, quelle qu'elle soit.

Ne négligez jamais le fait que toute maladie ou blessure requière l'intervention d'un docteur en médecine ou d'un praticien en médecine alternative.

L'auteur ne peut être tenu pour responsable des dommages de toute nature, tant matériels qu'immatériels ou corporels, qui pourraient résulter de la mauvaise utilisation des conseils et astuces préconisés

www.action-web-marketing.com





Créez vous-même vos bougies

- 2 -

Après la théorie, passons maintenant à la pratique !

Comme vous pouvez le constater, ce n'est pas si facile de créer une bougie. Résumons donc le matériel qui vous est nécessaire :

- ★ De la cire, du gel ou de la paraffine
- ★ Des mèches primées
- ★ Des bases métalliques pour fixer votre mèche
- ★ De la stéarine (3 càc par livre de paraffine) ou Vybar (1 càc par livre de paraffine)
- ★ Choisissez de préférence de la cire d'abeille si vous désirez créer une bougie parfumée, et toujours additionnées d'acide stéarique et/ou d'huile pour baisser le point de fusion et permettre à la bougie d'adhérer aux parois.
- ★ Si vous désirez fabriquer une bougie de massage, choisissez de la cire de soja, soit pure, soit additionnée de stéarine et/ou d'huile afin de faire baisser son point de fusion et de renforcer ses propriétés cosmétiques.





- ★ Pour les bougies extraites de moulage, préférez de la cire dure comme la cire d'abeille par exemple, ou les micro-cristallines.
- ★ Des moules
- ★ De petits verres à bougie, transparents.
- ★ Une balance ou une mesure
- ★ Choisissez également des huiles essentielles peu inflammables. En effet, il est important de savoir qu'à partir de 65°C, certaines HE s'enflamment facilement et donc votre bougie risque de présenter un risque d'inflammation de la surface. Vous pouvez choisir, entre autres, l'arbre à thé, le basilic, la cannelle (écorce ou feuilles), cèdre, lavande et lavandin, mélisse, menthe poivrée, petit grain, origan, vétiver, ylang ylang,et bien d'autres encore. Il est inutile d'en mettre trop, soyez prudent lorsque ce sont vos premières réalisations, il ne s'agit pas de mettre le feu à la maison.

Si vous le permettez, nous allons faire simple pour commencer. Je vous propose donc de réaliser une bougie que l'on appelle «pilier». Ce sont ces grosses bougies souvent carrées ou rondes, et sont brûlées telles qu'elles, sans qu'il soit nécessaire de les mettre sur un bougeoir.

Le but ici est que vous vous amusiez et que vous preniez plaisir à créer vos bougies. N'hésitez donc pas à mélanger les supports tout en étant bien entendu très prudent. Prenez un petit carnet dans lequel vous noterez les proportions de chaque ingrédient, cela vous aidera à refaire celles que vous avez préféré, sans problème.





Donc, choisissez votre moule, prenez la mèche adéquate, le colorant que vous souhaitez, votre pince-mèche et votre huile essentielle si vous désirez parfumer votre bougie.

Je ne vais pas ici entrer dans tous les détails mais sachez que la température de votre base est importante. Elle doit varier entre 82° et 88°. Il existe dans le commerce des «cuisseurs électriques» qui servent donc à faire fondre la matière que vous avez choisie.

Bien, je vous propose donc de faire fondre votre base au bain-marie, tout en surveillant la température de votre mixture. En attendant, préparez votre mèche et primez-la comme expliqué dans mon message précédent. Faites-la dépasser de 2 ou 3 centimètres de chaque côté. Dans la base inférieure du moule, repliez la mèche et collez-la dans le fond du moule grâce à une boulette de mastic d'étanchéité. En haut, placez votre mèche dans le pince-mèche et veillez à ce qu'elle se trouve bien au centre de votre moule, la mèche bien raide.

Lorsque votre préparation est liquide, ajoutez votre colorant. Attention, allez-y doucement, un tout petit peu de colorant vous suffira à colorer beaucoup de matière. Vous pouvez aussi y ajouter vos gouttes d'huiles essentielles, selon votre choix du moment. N'oubliez pas de tout noter dans votre petit carnet. Mélangez doucement pour ne pas créer de bulles d'air.





Si vous vous servez d'un moule métallique, il peut être intéressant de le chauffer légèrement en le plaçant dans un four par exemple ou à l'aide d'un décapeur thermique.

Parfait, vous êtes maintenant prêt à verser très lentement votre mélange dans le moule. Ici aussi, allez-y doucement afin de ne pas créer de bulles d'air.

Si, par exemple, vous désiriez faire une bougie avec des tons différents mais de la même couleur, mettez peu de colorant au départ, versez un peu du mélange dans le moule, rajoutez un peu de colorant, mélangez et versez un peu du mélange dans le moule, rajoutez encore un peu de colorant, vous aurez ainsi des dégradés de couleurs. Vous pouvez aussi diviser votre préparation de départ et y ajouter des colorants différents pour créer une bougie avec différentes couleurs.

Il est impératif de toujours garder une petite quantité du mélange car vous constaterez après le refroidissement de votre bougie, qu'il se forme ce que l'on appelle «une cavité de refroidissement». Tapez assez vigoureusement sur les parois de votre moule afin de faire partir les bulles d'air éventuelles. Tout autour de la pèche, afin de vérifier qu'il n'y a pas de bulles d'air, utilisez une fine aiguille à tricoter par exemple et enfoncez la le plus loin possible, à la verticale, tout autour de votre mèche. Percez 5 ou 6 fois, toujours contre la mèche.

Réchauffez le reste de préparation à une température supérieure à la première fois, d'environ 6°. Vous pouvez maintenant, doucement, combler la cavité de refroidissement en veillant bien à ne pas dépasser le niveau initial.





Lorsque votre bougie est entièrement refroidie, retirez le mastic du fond du moule et le pince-mèche. En chauffant un peu de moule entre vos mains, et tout en le tournant, essayez de faire sortir la bougie. Si cela ne fonctionne pas, mettez-la quelques minutes dans votre congélateur et réessayez. Il existe également du spray dont vous pouvez enduire le moule AVANT d'y faire couler votre préparation.

Petite chose importante : ce qui était en haut du moule est en fait le bas de votre bougie. Il vous reste donc à couper la mèche à ras de la bougie pour le côté bas, et à une hauteur comprise entre 5 et 10 millimètres pour le côté haut.

Et voilà, vous avez réalisé votre première bougie ! Il ne vous reste plus qu'à en profiter en la faisant brûler selon vos envies.

J'espère que cela vous a plu et je vous dis à tout bientôt

Je vous souhaite le meilleur

Paulette PIELQUIN.

