



Gérer son stress par les odeurs et les couleurs grâce aux 5 couleurs « Essentielles » d'Altéarah Bio.

Le stress peut être utile et positif : vigilance accrue, motivation, concentration, réflexes, instinct de survie... cependant si la pression est trop forte et lorsque la limite est dépassée, c'est un vrai fléau dans l'organisme qui entraîne oxydation, fatigue, douleurs et bien d'autres désagréments.

Si à une époque lointaine, le stress principal était le dilemme « lutter ou fuir », à l'époque moderne, le stress est d'avantage psychologique. Trouver l'origine du stress et rééquilibrer ses méfaits, transformer les émotions négatives en ressentis positifs par l'olfaction qui agit de manière immédiate au niveau psycho-émotionnel, et la combinaison des 5 couleurs essentielles, voici (entre autre) le programme proposé par Altéarah bio :

Soin anti-stress at home

Pour un bien-être instantané ; le parfum de soin Turquoise ! Pour se détendre, lâcher prise et être plus serein. Conseil d'utilisation : A respirer 3 à 5 fois par jour.

Hydrater votre corps et soutenir votre énergie ; l'huile Corps Pourpre. Pour réparer dans le corps les effets du stress et retrouver une énergie puissante.



Conseil d'utilisation : Quotidiennement sur l'ensemble du corps ou localement.

Pour vous faire plaisir, purifier

votre corps et recharger ou détendre vos énergies ; le sel de bain Orange. Pour une grande relaxation, préparer à un sommeil réparateur et favoriser

l'élimination des stress. Conseil d'utilisation : 1 à 2 fois par semaine le matin ou le soir en fonction de l'action recherchée. Dans un bain à

La couleur turquoise/sérénité est la couleur « anti-stress » par excellence

Symbolique Couleur qui apporte une grande ouverture. C'est la couleur du lâcher prise mental et corporel, de la communication, de la clarté, du partage, de la tranquillité, de la beauté.

Composition Orange Douce, Cèdre Atlas, Citron, Bergamote, Eucalyptus, Petit Grain Bigaradier, Lavandin, Palmarosa, Ylang-Ylang, Menthe ...

Les Huiles Essentielles poivrées,

citronnées et rafraichissantes enveloppent immédiatement d'un grand bien-être, pour une tranquillité totale. Le corps et le mental lâchent : c'est le calme.

L'huile essentielle majeure : Huile Essentielle d'Ylang Ylang : Utilisée depuis longtemps comme remède universel. Elle est indiquée pour les personnes victimes de surmenage. Elle est sensuelle et relaxante.

• Libère les tensions physiques et

psychiques

- Apaisement
- Tranquillité
- Harmonie
- Ralentit l'activité mentale
- Favorise l'adaptation, la communication avec soi et les autres

ZONES D'APPLICATION PRIVILÉGIÉES Thymus, épaules et trapèzes, haut de la poitrine





Ateliers sur les 5 couleurs essentielles d'Altéarah (pourpre, orange, émeraude, turquoise, blanc) organisés chez vous ou sur votre point de vente sur demande.

30€ par personne, syllabus couleur compris et -10% sur achats. Groupe de 6 personnes minimum. Modalités suivant votre région : 0496628485 »

37° pendant environ 15 mn. Laissez votre corps et votre esprit se nourrir des effluves aromatiques de la couleur.



Sylvia Joris

Dates de formations et liste des points de vente proches de chez vous en contactant le distributeur : Carac'Terre Distribution : contact@caracterre.eu 0496 / 628485

Vous retrouverez plus d'informations sur la marque Altéarah et ses bienfaits sur le site www.altearah.com

Carac'Terre Distribution SARL / Duarrefstroos 1 / L-9990 WEISWAMPACH / Tél : +32 (0)496 62 84 85 / +352 (0)621 62 84 85 contact@caracterre.eu / www.caracterre.eu / Grossiste en cosmétiques Bio: distributeur Exclusif Luxembourg et Belgique



ORANGE ÉVEILLE MA
CRÉATIVITÉ



OR ME DONNE
CONFIANCE

l'émotion couleur

Une couleur, une émotion.

Bien-être instantané, profond, inoubliable.

