

Rituale Abbraccio di Rose: la pelle sensibile beneficia del riequilibrio di corpo e mente

- Concediti una pausa rilassante. Riempi la vasca da bagno di acqua a 38°C e diluisci 3/5 coperchietti di **Bagno cremoso alla Rosa mosqueta**, dall'azione riequilibrante e armonizzante. Immergiti in completo relax per almeno 15 minuti, meglio se nella penombra e con sottofondo di musica rilassante.
- Effettua quindi un delicato massaggio di sfioramento in direzione del cuore, sulla pelle umida di tutto il corpo, con l'**Olio trattante alla Rosa mosqueta**. Ricco di acidi grassi insaturi dall'azione nutriente, elasticizzante e levigante, è dotato di proprietà riequilibranti anche sull'umore, grazie all'azione aromaterapica dell'olio essenziale di Rosa Damascena.
- Per un trattamento intensivo riequilibrante completo, consigliamo di applicare sulla pelle umida di viso, collo e décolleté il contenuto di un'ampolla di **Concentrato Levigante 7 giorni Rosa mosqueta**.
- Nebulizza generosamente l'**Eau Naturelle "Jardin de Vie - Rose"** davanti a te ed entra nella "nuvola" ad occhi chiusi, lasciandoti avvolgere dalle microscopiche goccioline per un'esperienza sensoriale completa.



Rituale Rivitalizzante: una sferzata di energia e vitalità per il corpo, vivacità per la mente

- Prepara la pelle del corpo con una doccia calda. Sulla pelle ancora umida, massaggia il **Gommage Doccia alla Betulla**, delicatamente esfoliante grazie alla presenza di microgranuli di cere naturali.
- Risciacqua, prima con acqua calda, poi con acqua fresca alternando i getti più volte, in modo da innescare una sorta di benefica "ginnastica vascolare".
- Successivamente, applica sulla pelle umida l'**Olio rinfrescante al Limone**, dall'azione intensamente tonificante e dall'aroma frizzante e vivificante anche sull'umore, frizionando leggermente, dalle estremità verso il cuore.
- Per un effetto rivitalizzante profondo, nebulizza la fragranza "**Jardin de Vie - Agrume**" nell'ambiente in cui stai soggiornando. Grazie al suo bouquet agrumato dai sentori di pompelmo e mandarino, approfonditi dalla nota di sandalo, risveglia i sensi e i pensieri.



New

Eau Naturelle Jardin de Vie

Eteree fragranze a base di puri oli essenziali naturali

Agrume: ispirato al profumo dei trattamenti all'Olivello spinoso, Agrume cattura per voi i raggi del sole di una luminosa giornata.

Grenade: ispirato al profumo dei Trattamenti al Melograno, Grenade vi conduce nel mondo delle fragranze esotiche, ricche e gourmande.

Rose: ispirato al profumo dei Trattamenti alla Rosa mosqueta, Rose vi porta in viaggio su un mare di bellezza e armonia.

In tutte le culture la cura del corpo è da sempre sinonimo di salute e benessere. Il concetto di cura di sé affonda le sue radici nell'antica Grecia, dove era considerato il principio fondamentale dell'arte di vivere bene il cui scopo ultimo era il raggiungimento della felicità che derivava dal vivere in armonia con se stessi e con l'ambiente circostante.

Oggi, se ci fermiamo un attimo e proviamo ad ascoltarci attentamente, scopriamo che il nostro corpo è in grado di sussurrarci ciò di cui necessita per stare bene non solo esternamente ma anche internamente. Il corpo è il mezzo attraverso il quale ci mettiamo in relazione con la realtà, ma anche con le altre persone: è lui che traduce in azione il pensare e il decidere, ed è sempre lui che cerca di assecondare il più possibile i ritmi frenetici che scandiscono la quotidianità. **Ritagliersi e soprattutto concedersi del tempo per prendersi cura del proprio corpo è un regalo meraviglioso che si può fare a se stessi.**

Bastano davvero piccoli gesti, come ad esempio dei semplici rituali che possono essere fatti nella tranquillità di casa. C'è una sola regola: liberate la mente e vivete appieno questo momento. Ogni qual volta si potrà dedicare del tempo a se stessi attraverso un rituale, questo sarà fonte di gratificazione, nutrimento per i sensi e porterà benessere e armonia all'intero organismo.

L'abbraccio intenso tra corpo e anima

Con le nuove fragranze "Jardin de Vie"

100%
naturali
certificati

Dal 1921
WELEDA



Weleda Italia Srl
Via del Ticino, 6 - 20153 Milano
Tel.: +39 02 48 77 051
www.weleda.it



Weleda da sempre non esegue e non commissiona test su animali
Dialoga con l'Esperto e informati su www.weleda.it
Weleda Italia è su Facebook e Twitter



True Friends of
Natural and Organic
Cosmetics

Rituale Relax: dopo una lunga giornata, prenditi una pausa

- Detergi il corpo con **Mandorla Doccia Cremosa Sensitive** o **Enotera Doccia Cremosa**, per iniziare a "lavare via" le tensioni quotidiane. Al termine, asciuga delicatamente la pelle lasciandola leggermente umida.
- In un ambiente raccolto con luce bassa e soffusa, massaggia sulla pelle l'**Olio rilassante alla Lavanda**, meglio se lievemente intiepidito, iniziando dai piedi e risalendo le gambe, con leggeri movimenti di impastamento dal basso verso l'alto. Sulla pelle umida l'olio verrà assorbito più velocemente.
- Prosegui massaggiando le mani e le braccia, sempre dalle estremità verso il cuore.
- Dedicati ora al tronco, sfiorandolo con movimenti leggeri, sempre in direzione del cuore.
- Infine, massaggia il viso con leggeri sfioramenti.
- Quando avrai terminato, respira profondamente dalle mani raccolte a coppa il delicato aroma di lavanda, dall'azione rilassante e distensiva.



Rituale Restitutivo: intenso nutrimento per la pelle secca e spenta

- Scalda leggermente, sul termosifone o a bagnomaria, un flaconcino di **Olio trattante all'Olivello spinoso**.
- Massaggia poi il contenuto sulla pelle. L'olio di olivello spinoso presente nella formulazione è ricco di vitamina C, E, carotenoidi naturali e acidi grassi insaturi naturalmente antiossidanti e contribuisce a donare morbidezza ed elasticità alle pelli secche e spente.
- Lascia agire 10-15 minuti, distesa con un sottofondo di musica rilassante.
- Detergi poi la pelle delicata con **Mandorla Doccia Cremosa Sensitive**, per eliminare eventuale untuosità in eccesso senza alterare la barriera lipidica della pelle.
- Se necessario, applica un velo di **Mandorla Crema Fluida Sensitive**.



Rituale Anti Gonfiore per l'addome: specifico per alleviare la sensazione di tensione che talvolta colpisce il ventre

- Distenditi comodamente, con le ginocchia leggermente flesse e i piedi in appoggio.
- Applica a scelta l'**Olio rilassante alla Lavanda** o l'**Olio per massaggi alla Calendula**, entrambi caratterizzati da proprietà armonizzanti e distensive, massaggiando l'area in senso antiorario, delicatamente. Con le mani leggermente sovrapposte, insisti premendo con le dita in particolare su tre punti specifici: all'estremità inferiore dello sterno a sinistra, tra lo sterno e l'ombelico al centro, sempre al centro sotto lo sterno in corrispondenza della bocca dello stomaco.
- Con le dita intrecciate, "pizzica" il tessuto tra i palmi, delicatamente e in modo ritmico, procedendo sempre in senso antiorario.
- Fai scorrere le mani sovrapposte, lentamente ed applicando una certa pressione, da destra a sinistra in modo alternato.
- Ripeti lo stesso movimento dall'alto verso il basso, e viceversa.
- Con le mani sovrapposte, imprimi una leggera vibrazione all'addome. Interrompi gradualmente.



Rituale Rigenerante: antiossidanti preziosi per la pelle

- Per un'azione rigenerante ancora più profonda, detergi la pelle con **Enotera Doccia Cremosa**.
- Al termine, applica sull'epidermide ancora leggermente umida una generosa quantità di **Olio rigenerante al Melograno**; dapprima con movimenti impastatori, e successivamente frizionando.
- Avvolgi il tuo corpo in un asciugamano caldo e rilassati così per una decina di minuti, lasciandoti cullare dalle note frizzanti e speziate della fragranza Melograno. Questo favorirà la penetrazione in profondità delle sostanze bioattive ricche di antiossidanti.
- Puoi completare l'esperienza sensoriale nebulizzando la nuova fragranza "**Jardin de Vie - Grenade**" su tutto il corpo. Grazie al suo bouquet olfattivo dalle note fruttate di arancia e davana con un tocco orientale di vaniglia, prolungherà la sensazione di sensuale rigenerazione.



Rituale Tonificante: specifico per collo e décolleté

- Sulla pelle inumidita, massaggia delicatamente una noce di **Gommage Doccia alla Betulla**, dall'azione dolcemente esfoliante.
- Risciacqua accuratamente con acqua tiepida.
- Applica una generosa quantità di **Olio rigenerante al Melograno**, con delicati massaggi a spirale verso l'alto.
- Tampona la zona con una spugna inumidita di acqua fredda e strizzata, sempre dal basso verso l'alto.
- Per un effetto ancora più intenso, al termine è possibile stendere anche un velo di **Enotera Crema Fluida Rivitalizzante**, dall'azione profondamente rigenerante e ricompattante.



Rituale gambe e piedi leggeri: per estremità inferiori affaticate

- Inizia con un pediluvio, immergendo i piedi in acqua tiepida che copra fino a 10 cm sopra la caviglia.
- Aggiungi 1-2 tappini di **Bagno Rinfrescante al Limone** o **Rilassante alla Lavanda** e concediti questo momento per 5-10 minuti.
- Prima di asciugare i piedi, leviga le zone più ruvide, come ad esempio i talloni, con una pietra pomice o una lima per i piedi. Risciacqua accuratamente e tampona con un asciugamano.
- Al termine massaggia piedi, caviglie e gambe dal basso verso l'alto con una adeguata quantità di **Venadoron®**, che favorisce la microcircolazione superficiale, ha un'azione tonificante e dona sollievo immediato. Di rapido assorbimento, permette di rivestirsi subito dopo.

