



**LES HUILES  
ESSENTIELLES**

**ANTI-ÂGE**

**BRUNO RIOTTE**  
**LIVRET OFFERT**

**LIVRET  
OFFERT**

# **INTRODUCTION**

**Hé oui les huiles essentielles, bien choisies, peuvent s'intégrer facilement dans un soin anti-âge.**

**Vous allez découvrir dans ce livret pourquoi certaines d'entre elles sont si efficaces pour lutter contre les effets du vieillissement.**

**Notre peau : pourquoi vieillit-elle et que pouvons-nous faire pour ralentir ce processus ?**

**C'est ce que je vous propose de découvrir dans ce livret offert.**

**Bonne lecture.**

**Bruno RIOTTE**



# SOMMAIRE

04

**Notre peau vieillit : pourquoi ?**

07

**Précautions d'utilisation des huiles essentielles.**

08

**Pourquoi utiliser des huiles essentielles ?**

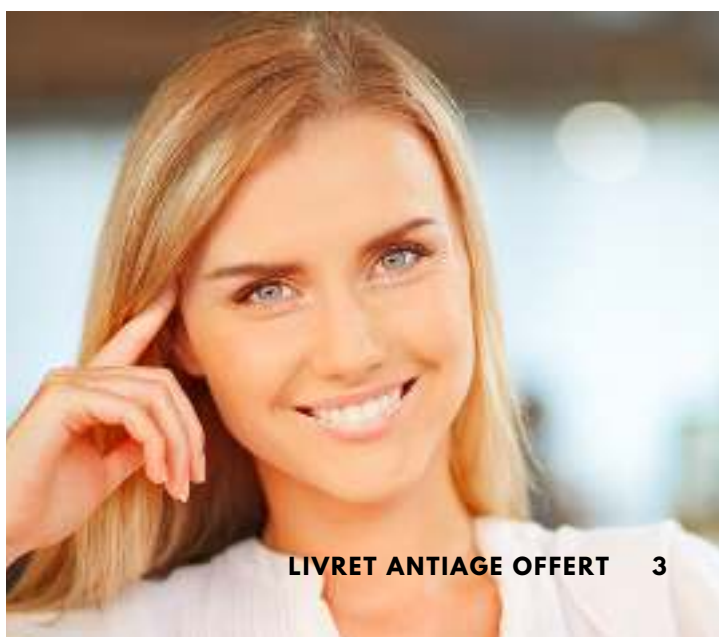
10

**Comment utiliser les huiles essentielles ?**

11

**Huiles essentielles et sérum anti-âge.**

MON BLOG : [WWW.HUILES-ESSENTIELLES-AROMATHERAPIE.EU](http://WWW.HUILES-ESSENTIELLES-AROMATHERAPIE.EU)





# NOTRE PEAU VIEILLIT ... POUQUOI ?

Notre peau vieillit et cela se manifeste par plusieurs changements importants. Le premier, c'est un ralentissement du renouvellement des cellules de l'épiderme (la couche superficielle de la peau) et une production moins importante de collagène et d'élastine.

Pas de chance, le collagène a pour rôle d'assurer une certaine fermeté de la peau et l'élastine contribue à une bonne élasticité. Si rien n'est fait, les rides font leurs apparition.

# LE DERME PERD DE SON ÉLASTICITÉ

LE **DERME**, PLUS EN PROFONDEUR NOUS JOUE ÉGALEMENT UN MAUVAIS TOUR. IL PERD PROGRESSIVEMENT SA TONICITÉ ET SE RELÂCHE.

IL EST DE MOINS EN MOINS CAPABLE DE SOUTENIR LA PEAU.

**RÉSULTAT :  
LES RIDES  
SE  
CREUSENT  
AVEC LES  
ANNÉES.**

# LES RADICAUX LIBRES SONT DE LA PARTIE

À CELA S'AJOUTENT DES ÉLÉMENTS EXTÉRIEURS QUI VIENNENT ÉGALEMENT PERTURBER LE BON FONCTIONNEMENT DE LA PEAU : LA POLLUTION, LE FROID, LE SOLEIL, UNE MAUVAISE ALIMENTATION ET D'AUTRES SUBSTANCES NOCIVES. CELA ENTRAÎNE UNE **PRODUCTION DE RADICAUX LIBRES.**

**LE PROCESSUS DE VIEILLISSEMENT DE LA PEAU EST ACCÉLÉRÉ !**

# ÉPIDERME MOINS ACTIF, DERME RELÂCHÉ ET AGRESSIONS CONSTANTES DE NOTRE PEAU ! IL FAUT AGIR !

C'est là qu'il est intéressant d'introduire certaines huiles essentielles dans des soins de la peau pour s'attaquer aux rides et ralentir le processus de vieillissement.

Ces huiles vont aussi permettre de bien hydrater la peau.



Quelles précautions  
prendre ?  
Lesquelles utiliser ?

# PRÉCAUTION AVANT D'UTILISER LES HUILES ESSENTIELLES



**La première concerne les femmes enceintes ou allaitantes : en général, elles sont interdites pour elles, mais aussi pour les enfants de moins de 7 ans (de toute façon, ils ne sont pas concernés par l'anti-âge).**

**Les huiles essentielles ne s'utilisent pas pures sur la peau : vous devez les diluer dans des huiles végétales avant de les appliquer.**

**C'est d'ailleurs comme cela qu'on prépare un sérum antiage. On verra cela plus loin.**



# POURQUOI UTILISER DES HUILES DANS UN SOIN ANTI-ÂGE ?

Les huiles essentielles vont permettre de raffermir la peau en stimulant la fabrication de collagène dont la production tend à diminuer au fil des années.

Elle sont aussi hydrater la peau.



LES  
HUILES  
ANTI-ÂGE






# HYDRATATION DE LA PEAU

IL EST INDISPENSABLE DE BIEN HYDRATER SA PEAU TOUS LES JOURS.

**Bien choisies, les huiles essentielles vont favoriser une bonne hydratation de la peau comme le font les huiles végétales.**

**C'est un point important et elles sont d'ailleurs complémentaires des huiles végétales sur ce sujet.**

**ANTI OXYDANTES**



**Pour un soin anti-âge efficace, choisissez des huiles essentielles antioxydantes qui permettent de neutraliser les radicaux libres dans le but de réduire les dégâts du vieillissement**

**Enfin, certaines huiles essentielles sont toniques, assouplissantes et protectrices.**



# COMMENT LES UTILISER DANS UN SOIN ANTIÂGE ?

La synergie entre les huiles essentielles et les huiles végétales est excellente. Elles agissent très bien en complémentarité. C'est vrai, l'une ne va pas sans l'autre quand on parle d'anti-âge.

Les huiles essentielles sont composées de molécules actives en très grande concentration.

**2 ou 3 gouttes  
seulement ...  
C'est  
économique !**

En général, lorsque vous préparez un sérum anti-âge, vous n'avez besoin que de 2, 3 voire 5 gouttes maximum d'huile essentielle dans un flacon complet d'huile végétale.

## HUILE DE CAROTTE

Lutter contre les radicaux libres et améliore la tonicité de la peau.

Riche en carotol, en minéraux et vitamines (C et E), l'huile essentielle de carotte est très utilisée pour la peau et permet de raffermir, de revitaliser et de régénérer la peau.

## CISTE LADANIFÈRE

Huile "antivieillesse", cicatrisante et antirides. Elle favorise la production de collagène et d'élastine.

A utiliser diluée dans une huile végétale comme l'argan, l'avocat, le noyau d'abricot ou encore la bourrache sur le visage, le cou ou le décolleté.





# HÉLICHRYSE ITALIENNE

Elle est aussi appelée Immortelle, elle porte bien son nom.

C'est une véritable élixir de jeunesse. Elle permet d'atténuer les rides, les pattes d'oie et les cernes.

Précieuse, mais aussi chère, mais son efficacité est rapide et surprenante.

## AUTRES HUILES

Vous venez de découvrir 3 huiles essentielles incontournables pour leurs effets anti-vieillessement.

Si vous voulez aller plus loin et découvrir une **méthode complète sur l'anti-âge** ... j'ai un guide sur ce sujet :





● ● ● ● ●  
● ● ●  
● ● ●  
● ● ●  
● ● ●

**CLIQUEZ ICI  
POUR EN  
SAVOIR  
PLUS.**



# MON GUIDE ANTI-ÂGE

**90 PAGES DE CONSEILS SUR  
L'ANTI-ÂGE ET 120 RECETTES  
INÉDITES.**

● ● ● ●  
● ● ● ●  
● ● ● ●  
● ● ● ●

# MON SÉRUM ANTI-ÂGE MAISON

MA VIDÉO VUE PAR PLUS DE  
65 000 PERSONNES SUR  
YOUTUBE.

[CLIQUEZ ICI](#)



[CLIQUEZ ICI](#)

**Vous aimeriez fabriquer chez vous votre sérum anti-âge avec des huiles végétales et essentielles ? Je vous explique tout dans cette vidéo.**





**JE VOUS RETROUVE  
DANS UN PROCHAIN  
LIVRET OU GUIDE.**

BRUNO