

## Ricetta marzo

### Olio da massaggio per la freschezza primaverile



#### DIY RICETTE & RITUALI

### OLIO DA MASSAGGIO PER LA FRESCHEZZA PRIMAVERILE

La miscela DIY dell'olio per il corpo e da massaggio si presta soprattutto a fine inverno, per affrontare momenti di stanchezza e svogliatezza. Il profumo stimolante dell'olio per il corpo sveglia gli spiriti della vita. L'olio essenziale di Lemongrass regala nuova energia e rinforza il sistema immunitario. Unito agli oli essenziali di ginepro e menta, ravviva i sensi e stimola la concentrazione. L'olio di mandorle è considerato particolarmente delicato e preserva l'idratazione naturale della pelle.



#### COSA TI SERVE

##### INGREDIENTI

50 ml olio di mandorle bio  
6 gocce di olio essenziale di lemongrass bio  
2 gocce di olio essenziale di ginepro bio  
1 goccia di olio essenziale di menta bio

#### PREPARAZIONE

##### GRADO DI DIFFICOLTÀ: PRINCIPIANTE

Aggiungere le gocce di olio essenziale all'olio di mandorle.  
Chiudere la bottiglia e scuotere bene.

##### APPLICAZIONE

Ideale da applicare dopo la doccia, sulla pelle ancora umida e massaggiare delicatamente.