



*Erbe di Sardegna*  
*cosmesi naturale*

**Ricette pratiche con l'Olio essenziale di Eucalipto**

**Mal di testa, raffreddore, sinusite, mal di testa, congestione delle mucose**

- mescola alcune gocce in una ciotola fumante di acqua calda e chinati su di essa per inalare i vapori aromatici con un asciugamano drappeggiato sopra la testa e la ciotola per alcuni minuti. Gli occhi devono essere chiusi per prevenire irritazioni.

- frizione o massaggio sul petto e schiena diluito in olio vettore

**Dolori muscolari e articolari e rivitalizzante per la pelle**

Diluiti con un olio vettore e usati localmente in una crema idratante o in un olio da massaggio miscelato:

50 ml olio + 10 gocce

**Detergente per disinfettare l'aria**

Come spray per la disinfezione dell'aria, l'olio essenziale di eucalipto agisce come un deodorante per ambienti naturale, antimicrobico e non tossico che rimuove batteri, virus e muffe dall'ambiente.

- diluito con acqua, questo spray può rinfrescare la stanza ed eliminare gli odori del corpo intrappolati nelle scarpe e negli attrezzi sportivi.

**Zanzare / antiparassitario (pelo cani)**

- spray sul corpo a base di acqua e o.e. di eucalipto, citronella, geranio, menta.  
- usare il diffusore con la misura di 1gc per metro quadro.

## **Bucato**

- versare qualche goccia in nel cestello della lavatrice: fungerà da ammorbidente ecologico, profumatissimo!

## **Detergente ideale per combattere le formiche.**

- mezzo secchio d'acqua
- un bicchiere di aceto
- mezzo bicchiere di sapone,
- 10-12 gocce di o.e. di eucalipto