



Les Fleurs de Bach vous aident sur le plan psycho-émotionnel. Elles ont été élaborées par le Dr Bach il y a un siècle. Il nous a légué son savoir faire à travers 38 élixirs. Ceux-ci peuvent être pris de manière unitaire ou en complexe. **Essence Terre** vous propose une gamme de complexes utilisables facilement et respectant scrupuleusement tous les standards utiles à l'efficacité des Fleurs de Bach. Celles-ci sont sans accoutumance et sans contre-indications. Elles peuvent être prises à tout âge. Notez cependant **qu'elles ne remplacent en rien vos traitements habituels**. Soucieux de demeurer dans l'idée du Dr Bach, les complexes vous sont livrés sous forme liquide, à l'abri d'un joli flacon de 30ml.

Retrouvez ci-dessous, par ordre alphabétique, tous les complexes utiles à votre bien-être.

Complexe Alcool

- Les Fleurs de Bach peuvent vous aider à diminuer les effets de la désaccoutumance. Ce complexe vous aidera à être moins agité(e), moins irritable mais aussi à changer vos habitudes et votre manière de vivre.

Complexe Anorexie

- En parallèle d'un accompagnement personnalisé, les Fleurs de Bach vous seront utiles pour lutter contre le perfectionnisme, le sentiment de culpabilité et/ou d'infériorité mais aussi de vous accepter plus facilement et avoir une image plus positive de vous-même.

Document ESSENCE TERRE

Complexe Dépression

- Ce complexe peut être un plus non négligeable en parallèle de votre suivi médical. Il vous aidera à être moins triste, moins apathique mais également à moins ruminer et à retrouver plus de confiance en vous.

Complexe Examens

- Passer un examen se révèle parfois être un exercice difficile pour certaines personnes. Ce complexe vous aidera à passer cette étape plus facilement, limitant le stress, l'irritabilité, l'anxiété mais aussi à garder le moral tout au long de cette période.

Complexe Insomnies

- Les Fleurs de Bach peuvent vous aider à mieux dormir. Elles vous aideront à moins ruminer et à limiter l'anxiété et à être moins agité(e). Ce complexe peut aussi vous permettre de poser des limites dans certains domaines pouvant interférer avec le sommeil.

Complexe Maigrir

- Bien sûr, ce complexe n'est pas à proprement parlé un outil pour maigrir mais un soutien mental lors de votre programme de perte de poids. Il vous aidera à changer certaines habitudes, à persister et à éviter de vous décourager. Il veillera aussi à ce que vous soyez plus calme.

Complexe Peur

- Qu'il s'agisse d'angoisses, de crises de panique ou de peurs plus communes, ce complexe vous aidera à surmonter et à contrôler vos peurs plus facilement.

Complexe Psoriasis

- Ce complexe n'a pas pour vocation de traiter le psoriasis mais de vous aider sur les conséquences psychiques de ce type de problème dermatologique. Il est aussi bien connu que le stress n'arrange pas le psoriasis. Les Fleurs de Bach vous aideront à surmonter les désagréments liés au psoriasis mais également à être moins sous tensions.

Complexe Tabac Stop

- Le tabagisme est une addiction et il n'est pas toujours simple de s'en sortir sans un coup de pouce. Ce complexe pourra être utilisé en parallèle de toute aide à l'arrêt du tabac. Il limitera vos tensions, vos angoisses, vos doutes et augmentera votre persévérance.

Complexe TOC (Trouble Obsessionnel Compulsif)

- Les obsessions peuvent rapidement vous gâcher la vie. Des frayeurs extrêmes ou des besoins excessifs sont liés aux TOCS. Des rituels compulsifs se mettent en place. En parallèle de l'aide d'un professionnel, vous pourrez utiliser ce complexe pour vous aider à lutter contre vos TOCS.

