

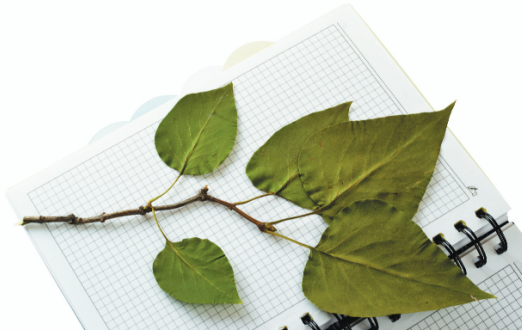
## *Quelques rappels d'utilisation*

### **1. Méthode du verre d'eau :**

pour les situations émotionnelles récentes ou passagères. Vous versez dans votre verre d'eau, dans votre boisson chaude ou dans votre petite bouteille d'eau, 2 gouttes de chaque fleur dont vous avez besoin. Vous pouvez utiliser jusqu'à 7 fleurs en même temps. Vous renouvelez votre préparation jusqu'à sentir une amélioration.

### **2. Méthode du flacon compte gouttes de 30 ml :**

Pour les situations émotionnelles anciennes ou plus profondes. Versez dans votre flacon 2 gouttes de chaque fleur dont vous avez besoin et complétez votre flacon avec de l'eau de source jusqu'à remplir votre flacon de 30ml. Déposez ensuite 4 gouttes directement dans votre bouche au moins 4 fois par jour, ou plus si vous en ressentez le besoin.



# *Carnet de Voyage*

*Afin de vous aider à mieux évaluer  
votre évolution avec les Fleurs de Bach  
ce carnet de voyage vous permet de garder  
une trace écrite de vos effets positifs  
semaine après semaine...*



1<sup>er</sup> jour d'utilisation : .....

Dernier jour d'utilisation : .....

Fleurs sélectionnées	Les indications positives de chaque fleur	Veuillez noter ici vos ressentis et impressions semaine après semaine
		1 <sup>re</sup> semaine du ..... au .....
		2 <sup>e</sup> semaine du..... au .....
		3 <sup>e</sup> semaine du ..... au .....
		Le bilan de votre utilisation :

*Bon voyage avec les Fleurs de Bach...*