



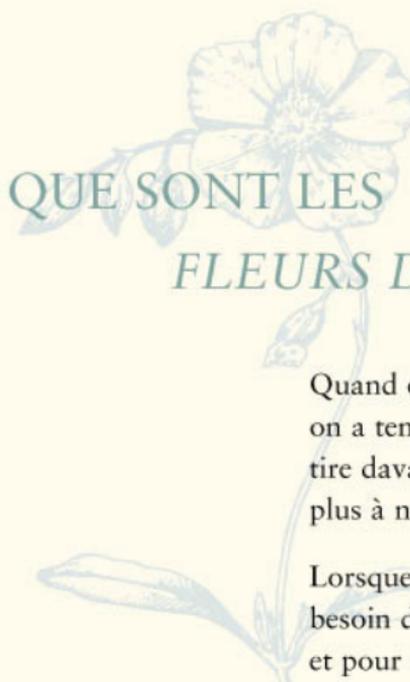
PARCE QUE
LA VIE
PEUT PARFOIS NOUS
BOUSCULER

*Aidez-vous
avec
les
Fleurs
de*

*Bach*TM

*Bach*TM
ORIGINAL
FLOWER ESSENCES





QUE SONT LES FLEURS DE *Bach* ?

Quand on se sent épanoui, heureux et positif, on a tendance à être en meilleure santé. On en tire davantage de la vie et on peut apporter plus à notre famille et à nos amis.

Lorsque un imprévu survient, on a parfois besoin d'un peu d'aide pour rester en équilibre et pour continuer à avancer. C'est là que les *Fleurs de Bach* peuvent nous venir en aide.

Créées par un médecin de Harley Street (rue londonienne renommée pour ses prestigieuses cliniques) dans les années 1930, les *Fleurs de Bach* sont 38 essences à base de plantes et de fleurs sauvages qui peuvent vous aider à mieux gérer les exigences émotionnelles de la vie

quotidienne. Chaque fleur vise une émotion spécifique. Vous pouvez les prendre individuellement ou les mélanger pour adapter leurs effets aux besoins du moment.

On sait que l'équilibre du système émotionnel joue un grand rôle dans l'état de santé physique. C'est dans ce contexte qu'interviennent les *Fleurs de Bach* pour nous aider à mieux profiter de la vie.





Chicory (Chicorée)

«Personnellement je suis pessimiste de nature et me désillusionne facilement, mais j'ai découvert que lorsque je prends des gouttes de Gorse (Ajonc), mon état d'esprit s'améliore et je deviens beaucoup plus positive.»

Martine, Nice

«Je trouve que Vervain (Verveine) aide mon fils à se calmer lorsqu'il est trop enthousiaste. Par contre Larch (Mélèze) aide ma fille à avoir plus de confiance en elle-même. Je pense que tous les parents devraient avoir du Rescue dans leur cabinet de pharmacie. J'en ai même déjà donné à mon lapin!»

Corinne, Paris

«Au cours de ma vie, j'ai traversé plusieurs périodes de changement, telles qu'une chirurgie, un déménagement et un éloignement de ma famille. Dans ces moments difficiles, j'ai pris des gouttes de Walnut (Noyer), pour faciliter mon adaptation, de Mimulus (Mimule) pour surmonter mes craintes et de Star of Bethlehem (Etoile de Bethléem) pour les bouleversements et la peine.»

Marie, Lille

CHOISIR LA FLEUR DE

Bach QUI VOUS CONVIENT

Reconnaître exactement comment vous vous sentez est la clé pour choisir la *Fleur de Bach* qui vous est la mieux adaptée. Essayez d'identifier ce que vous ressentez. Puis, assortissez votre humeur actuelle à la *Fleur de Bach* appropriée.

Par exemple, si vous êtes frustré et impatient à l'idée de déménager, essayez Impatiens (Impatiente). Et si vous avez des difficultés à vous adapter à votre nouveau voisinage, essayez les gouttes de Walnut (Noyer).

Il est parfois difficile d'être honnête avec soi-même : peu d'entre nous reconnaissent être jaloux ou sur-protecteur. Mais une fois que l'on a admis ses émotions, on est en bonne voie pour harmoniser cet état d'esprit. Alors, si vous trouvez difficile d'analyser vos sentiments, pourquoi ne pas demander l'aide de quelqu'un qui vous connaît bien?

Le Dr Bach a défini sept groupes d'émotions générales: sous lesquels il classifia les 38 *Fleurs de Bach*. Pour chacune d'entre elles, il existe une des 38 substances correspondant à

un état d'esprit spécifique. Vous trouverez plus d'informations sur les fleurs individuelles dans la section « De Agrimony (Aigremoine) à Willow (Saule) ».





Cherry Plum (Prunus Myrobalan)

GROUPES D'ÉMOTIONS Si vous vous sentez ...	FLEURS DE BACH Essayez les Fleurs suivantes ...
Peureux	Rock Rose, Mimulus, Cherry Plum, Aspen, Red Chestnut
Incertain	Cerato, Scleranthus, Gentian, Gorse, Hornbeam, Wild Oat
Désintéressé du monde qui vous entoure	Clematis, Honeysuckle, Wild Rose, Olive, White Chestnut, Mustard, Chestnut Bud
Solitaire	Water Violet, Impatiens, Heather
Hypersensible face aux autres	Agrimony, Centaury, Walnut, Holly
Généralement découragé, abattu ou désespéré	Larch, Pine, Elm, Sweet Chestnut, Star of Bethlehem, Willow, Oak, Crab Apple
Sensible à ce que vivent les autres	Chicory, Vervain, Vine, Beech, Rock Water

DE AGRIMONY (AIGREMOINE) À WILLOW (SAULE)

Si vous ...	Essayez ...
Cachez vos problèmes derrière un sourire	Agrimony (Aigremoine)
Avez des craintes et des préoccupations non justifiées, êtes nerveux et anxieux	Aspen (Tremble)
Êtes critique et intolérant envers les autres	Beech (Hêtre)
Avez de la difficulté à dire non et voulez toujours plaire	Centauray (Centaurée)
Doutez de vos capacités à juger des situations	Cerato (Plumbago)
Craignez de perdre votre contrôle	Cherry Plum (Prunier Myrobolan)
N'apprenez pas de vos expériences et répétez les mêmes erreurs	Chestnut Bud (Bourgeon de Marronnier)
Êtes excessivement protecteur et égoïste	Chicory (Chicorée)
Êtes dans la lune et manquez d'intérêt face au quotidien	Clematis (Clématite)
Avez une piètre image de vous-même, avez honte et êtes embarrassé par des tics, des particularités ou des caractéristiques physiques déplaisantes	Crab Apple (Pommier Sauvage)
Êtes dépassé par vos responsabilités	Elm (Orme)
Êtes facilement découragé, hésitant et abattu	Gentian (Gentiane)
Êtes désespéré et pessimiste	Gorse (Ajonc)
Vous sentez centré sur vous-même, n'aimez pas être seul et parlez beaucoup	Heather (Bruyère)
Avez des sentiments de jalousie, êtes méfiant et coléreux	Holly (Houx)
Vivez dans le passé, avez «le mal du pays» et êtes nostalgique	Honeysuckle (Chèvrefeuille)
Avez le blues du lundi matin et doutez de pouvoir affronter votre journée de travail	Hornbeam (Charme)
Êtes impatient et facilement irritable	Impatiens (Impatiente)

Si vous ...	Essayez ...
Manquez de confiance en vous même et vous sentez inférieur	Larch (Mélèze)
Avez peur de choses reconnaissables telles que des araignées, l'avion, la mort etc.	Mimulus (Mimule)
Ressentez une mélancolie inexplicable et profonde	Mustard (Moutarde)
Êtes mené par un fort sens du devoir et vous acharnez, même exténué	Oak (Chêne)
Vous sentez épuisé corps et âme, au bout du rouleau	Olive (Olivier)
Vous sentez coupable et vous vous blâmez pour les erreurs des autres	Pine (Pin Sylvestre)
Êtes tourmenté et vous inquiétez beaucoup pour les autres («Mère Poule»)	Red Chestnut (Marronnier Rouge)
Vivez une situation exigeante et bouleversante	Rescue
Êtes terrifié, paniqué, pétrifié de peur et vous sentez impuissant	Rock Rose (Héliantheme)
Êtes inflexible et vous fixez des buts très élevés	Rock Water (Eau de Roche)
Êtes indécis, n'arrivez pas à faire un choix	Scleranthus (Alène)
Avez éprouvé un choc émotionnel, de la peine, de la peur ou du chagrin	Star of Bethlehem (Étoile de Bethléem)
Vous sentez au bord du gouffre et à la limite de votre endurance	Sweet Chestnut (Châtaignier)
Êtes trop enthousiaste, argumentez sans démodre sur des principes et idées	Vervain (Verveine)
Avez un caractère fort et avez tendance à être dominateur et inflexible	Vine (Vigne)
Faites face à des changements majeurs dans votre vie et avez besoin de vous protéger de l'influence des autres	Walnut (Noyer)
Préférez être seul ou vous sentez orgueilleux et distant	Water Violet (Violette d'Eau)
Avez des pensées non désirées, des soucis et êtes préoccupé	White Chestnut (Marronnier Blanc)
Cherchez votre voie, êtes insatisfait de votre style de vie, ne savez pas quel chemin emprunter	Wild Oat (Folle Avoine)
Faites peu d'effort pour améliorer les situations, êtes passif et résigné	Wild Rose (Eglantine)
Êtes rancunier et vous apitoyez sur votre sort	Willow (Saule)

RESCUE™



Le Dr Bach a mis au point une formule d'urgence *Rescue* à partir de cinq Fleurs: Impatiens (Impatiente), Star of Bethlehem (Etoile de Bethléem), Cherry Plum (Prunus), Rock Rose (Hélianthème) et Clematis (Clématite). Cette combinaison peut être utilisée pour vous aider à surmonter les situations difficiles comme une visite chez le dentiste, passer un entretien ou organiser les préparatifs d'un mariage. *Rescue* peut aussi être utile en temps de crise, lors d'un deuil, d'une rupture ou d'une mise à pied. *Rescue* est aussi disponible en flacon vaporisateur. Plus discret, *Rescue Spray* vous suit partout dans votre vie active: dans votre sac à main, dans votre voiture... *Rescue Spray* est un moyen pratique pour restaurer en vous un état d'équilibre.

RESCUE™ CREAM



Rescue™ Cream est une crème dermatologique tout-usage, qui apaise et restaure. Elle contient une combinaison de six *Fleurs de Bach* que vous pouvez appliquer sur la peau là où vous vous sentez meurtri, agressé ou douloureux.



Impatiens (Impatiente)



Star of Bethlehem (Etoile de Bethléem)



Clematis (Clématite)



Rock Rose (Hélianthème)



Cherry Plum (Prunus Myrobalan)

D'OÙ PROVIENNENT LES FLEURS DE *Bach* ?



Edward Bach, médecin de Harley Street en Angleterre, était un chercheur et bactériologiste renommé. Il identifia 38 états émotionnels négatifs et créa une essence à base de fleurs ou de plantes pour chacun d'entre eux.

Il passa les dernières années de sa vie dans un petit cottage d'Oxfordshire nommé Mount Vernon. C'est là qu'il compléta sa recherche. De nos jours, Mount Vernon est mieux connu sous le nom de *Bach Centre* (Le Centre Bach) et les propriétaires actuels perpétuent la production des teintures-mères (première étape de la production des essences) en utilisant souvent les mêmes espaces occupés par le Docteur Bach dans les années 1930.

Seule la signature Bach™ vous assure que vous vous procurez les Fleurs de Bach originales toujours préparées comme à l'époque du Dr Bach, avec des teintures produites exclusivement par le Centre Bach de Mount Vernon.



QUI UTILISE LES FLEURS DE *Bach* ?

Les *Fleurs de Bach* sont totalement inoffensives et naturelles et peuvent être utilisées par toute la famille. Elles fonctionnent de façon si douce qu'elles peuvent même être utilisées pour améliorer la condition des plantes et des animaux.

COMMENT UTILISER LES FLEURS DE *Bach* ?

- Diluez deux gouttes* de la Fleur choisie dans un verre d'eau et buvez-le à intervalles réguliers. Répétez si nécessaire.
- Pour un usage combiné, ajoutez deux gouttes* de chacune des Fleurs choisies (max. sept) dans un flacon à mélange de 30ml, remplissez-le d'eau minérale et prenez quatre gouttes du mélange au moins quatre fois par jour.

* Quatre gouttes de *Rescue*

* Deux pulvérisations de *Rescue Spray* dans la bouche ou dans un verre d'eau

Si nécessaire, les *Fleurs de Bach* peuvent être versées directement sur la langue ou frictionnées sur les lèvres, derrière les oreilles ou sur les tempes et poignets.

Vous pouvez utiliser les *Fleurs de Bach* aussi souvent que vous le désirez. Si vous êtes perturbé, il se peut qu'une seule dose soit suffisante. Si votre état est persistant, vous pouvez utiliser les Fleurs aussi longtemps que vous en avez besoin.



Mimulus (Mimule)

VOUS VOULEZ EN SAVOIR D'AVANTAGE ?



Vous pouvez vous procurer les livres sur les *Fleurs de Bach* ou en apprendre plus à l'aide de vidéos, cassettes ou séminaires. Vous trouverez une liste des ouvrages disponibles sur nos sites internet :

www.bachessences.com (pages françaises)

www.fleursdebach.fr

Programme International d'Enseignement *Fleurs de Bach*

Vous pouvez apprendre davantage sur les *Fleurs de Bach* en participant au Programme International d'Enseignement *Fleurs de Bach*. Ce programme est organisé par Nelsonbach. Les formations sont agréées par la Dr Edward Bach Foundation.
(Voir informations au dos)

Nous vous remercions de bien vouloir répondre au questionnaire ci-dessous et de préciser quelles informations supplémentaires vous souhaitez recevoir :

- le Programme International d'Enseignement *Fleurs de Bach* / calendrier des formations en France
- Documentation sur les *Fleurs de Bach*
- Ne souhaite pas recevoir d'informations

Comment avez-vous connu les *Fleurs de Bach* ?

- Par des amis / famille
- Par un médecin, un thérapeute, merci de préciser :
- Par une conférence sur les *Fleurs de Bach*, merci de préciser :
- Par un article dans un magazine / une publicité, merci de préciser :
- Par internet, site web, lequel :
- Autre :

Quel a été le premier produit que vous avez utilisé, Rescue ou l'un des unitaires des *Fleurs de Bach Originales* ?

- Rescue Rescue Spray Rescue Cream Unitaire *Fleurs de Bach*

Si vous utilisez déjà les *Fleurs de Bach Originales*, combien de produits utilisez-vous régulièrement ?

Combien de temps un flacon unitaire de 20ml dure-t-il ?

Où avez-vous trouvé ce dépliant ?

- Pharmacie Magasin de produits diététiques Chez un ami
- Chez un thérapeute, merci de préciser :
- Lors d'un salon / séminaire / conférence, merci de préciser :
- Autre :

Nom/Prénom :

Adresse :

Code Postal : Ville :

E-mail :

Renvoyer ce coupon ou votre demande sur papier libre à :
Laboratoire FAMADEM (voir adresse au dos)

Adresses utiles :

*The Dr Edward Bach Centre,
Mount Vernon, Sotwell, Wallingford,
Oxon, OX10 0PZ, England*

Tél: 00 44 1491 834678

e-mail : mail@bachcentre.com

www.bachcentre.com

*Programme International d'Enseignement
Fleurs de Bach*

Renseignements : Coordination Nationale

Mobile : 06 16 06 20 43

e-mail : france@bacheducation.com

www.fleursdebach.fr

*Pour tout autre renseignement,
adressez votre demande à :*

*Laboratoire FAMADEM
6, Avenue du Prince Héritaire Albert
98012 MONACO CEDEX*

Tél : 00 377.93.100.110

Fax : 00 377.93.100.111

e-mail: fleursdebach@famadem.mc

www.bachessences.com

Nelsonbach

Broadheath House 83 Parkside Wimbledon London UK SW19 5LP

Telephone: (+44) 208 780 4200 - www.nelsonbach.com



Bach
ORIGINAL
FLOWER ESSENCES

La Signature Bach est la garantie d'un produit original.

Bach, La Signature Bach, Rescue, Bach Flower Essences, Bach Flower Remedies, la Livrée Verte/Crème sont des marques, des marques déposées ou enregistrées par Bach Flower Remedies Ltd, London, England.