

# VapoRub maison (style Vicks)

- Le truc pour faire un VapoRub maison (style Vicks) pour décongestionner!



## Vous aurez besoin de :

- 2 cuillères à soupe d'huile (d'olive si vous voulez un Vicks liquide ou de noix de coco pour un Vicks solide)
- 6 gouttes d'huiles essentielles d'eucalyptus
- 6 gouttes d'huiles essentielles de menthes poivrées, de romarin, ou encore d'eucalyptus (ou un mélange)

## Voici comment procéder :

1. Faites fondre l'huile de noix de coco dans un petit chaudron à feu doux. Si vous utilisez l'huile d'olive, vous pouvez sauter cette étape.
2. Aussitôt que c'est fondu, retirez du feu et ajoutez les huiles essentielles.
3. Bien mélanger.
4. Transférer dans un contenant hermétique.

## Pour utiliser :

- Appliquez sur la poitrine, sous les pieds ou sous le nez!

“ Vous êtes congestionné et vous voulez vous préparer un bon mélange de Vicks VapoRub fait à la maison avec des ingrédients naturels? Voici la recette!

Merci d'imprimer mon astuce! Passez le message que vous l'avez pris sur MeilleursTrucs.com :)

