

COLLECTION 2026|27

huiles essentielles · eaux florales · alimentaire



In Flore & Sens est une démarche engagée pour la biodiversité. Toutes nos plantes sont produites en bio, destinées à nourrir les abeilles et les sols, préserver la ressource en eau. Huiles essentielles, eaux florales, pains d'épices... sont les fruits de ce travail. La part que nous récoltons contient l'amitié des coups de main, le plaisir d'une consommation locale et de qualité. Acheter ces produits c'est partager toutes ces saveurs.

Bon pour soi,
bon pour la nature

in flore & sens

LES HUILES ESSENTIELLES*

*toutes nos huiles essentielles sont certifiées Bio

Hélichryse

(Helichrysum italicum) flacon de 5 ml • 15 €

L'huile essentielle d'hélichryse, aussi appelée "immortelle" pour sa rareté et sa précieuse couleur ambrée. Traditionnellement utilisée en cosmétique, elle est prisée pour les soins de la peau et les massages locaux. En cuisine, son parfum poivré, épicé et miellé rappelle le parfum du curry. L'hélichryse est une huile rare : on la réserve aux petits formats et aux gestes d'exception, là où quelques gouttes suffisent.

Pour le bien être

- **Soin du visage :** 1 goutte mélangée à 4 gouttes d'huile végétale (rose musquée, argan), appliquée en tapotements locaux.
- **Massage localisé :** 2 à 3 gouttes dans 10 ml d'huile végétale, en application sur les zones concernées.

Pour la maison

- **Spray d'ambiance corsé :** 3 gouttes dans 50 cl d'eau alcoolisée — une note miellée et épicée, originale, pour l'entrée et le salon.

Pour les papilles

- **Curry de légumes, velouté de courge :** 1 seule goutte, diluée dans une cuillère à soupe d'huile d'olive, ajoutée hors du feu pour sa note épicée-curry. Attention l'hélichryse est puissante et peut dominer un plat.

Pour laisser une trace

2 gouttes sur le papier à lettres ou les cartes de visite artisanales. Un parfum qui reste.

Lavandin grosso

(Lavandula intermedia) flacon de 20 ml • 5 €

C'est l'huile de la détente au quotidien. Son parfum floral et camphré, plus rustique que celui de la lavande fine, en fait une alliée idéale pour parfumer la maison et créer une atmosphère apaisante le soir. En cuisine, il est une touche aromatique fraîche et méditerranéenne.

Pour le bien être

- **Diffusion :** 5 à 8 gouttes dans un diffuseur, 15 à 30 minutes, pour instaurer une ambiance relaxante.

Pour la maison

- **Pour les sols carrelés et les planchers :** 10 gouttes dans le seau d'eau de lavage (avec un peu de savon noir)
- **Sachets parfumés armoires :** 3 gouttes sur des petits sachets de lavande séchée, à renouveler chaque mois - éloigne aussi les mites.

Pour les papilles

- **Brebis ou chèvre frais :** 1 goutte dans 2 cuillères à soupe d'huile d'olive, nappée sur des toasts de fromage frais, avec un filet de miel.

Petit conseil précieux
Un geste anti-stress au bureau
1 goutte sur un crayon en bois ou un buvard posé près de l'ordinateur : à chaque moment de tension, respirez profondément le parfum en fermant les yeux, 3 respirations.
Un mini-rituel de pause sensorielle, sans diffusion ni contact avec la peau.

Lavande maillette

(Lavandula angustifolia "maillette") flacon de 5 ml • 3 € | 10ml • 5€

La lavande maillette, variété fine et délicate de lavande vraie, est la grande classique de l'aromathérapie familiale. Son parfum doux et fleuri accompagne les moments de calme et de lâcher-prise. En cuisine, sa note sucrée et légèrement boisée en fait la lavande des pâtissiers.

Pour le bien être

- **Diffusion :** 4 à 6 gouttes dans un diffuseur pour favoriser la relaxation.

Pour la maison

- **Fer à repasser parfumé :** 2 gouttes dans l'eau du réservoir (à renouveler à chaque remplissage).

Pour les papilles

- **Sucre à la lavande :** 1 goutte sur 100 g de sucre en morceaux, dans un bocal fermé une semaine — pour cookies, madeleines ou infusions.

Petit conseil précieux
Eau de linge d'oreiller
5 gouttes dans 50 ml d'eau
+ 1 cuillère à café d'alcool à 70°
dans un mini-spray, à vaporiser
à 20 cm sur la taie d'oreiller chaque soir, quelques minutes avant le coucher pour que l'odeur soit douce au moment du coucher.

Lavande aspic

(Lavandula latifolia) flacon de 10 ml • 5,50 €

La lavande aspic, à l'arôme camphré et fraîchement mentholé, est la plus sauvage des lavandes. Associée aux besoins de la famille en plein air, c'est la compagne des jardins et des étés. En cuisine, elle se plaît dans les plats sucrés-salés et les desserts citronnés.

Pour le bien être

- **Huile de massage "grand air"** : 15 gouttes dans 30 ml d'huile végétale, en application locale sur les jambes et les bras.

Pour la maison

- **Anti-fourmis naturel** : 5 gouttes sur un coton au passage des fourmis, ou 10 gouttes dans un spray d'eau savonneuse le long des rebords de fenêtres — la lavande aspic est réputée tenir les insectes à distance.
- **Poubelle et compost** : 4 gouttes sur un coton au fond du bac — masque les odeurs.

Pour les papilles

- **Sorbet citron** : 1 goutte dans le jus de citron avant turbinage.

Petit conseils précieux

L'esprit "grand air" : 1 goutte sur un galet propre glissé dans la chaussure de randonnée entre deux sorties, ou 2 gouttes sur un chiffon doux pour nettoyer et parfumer l'intérieur des chaussures de sport.
Précaution : diffuser en quantité modérée et dans des pièces aérées, éviter la diffusion prolongée en présence d'enfants. Eviter le visage et les muqueuses.

Lavande fine/officinale

(Lavandula angustifolia) flacon de 10ml • 5€

La lavande fine (lavande vraie ou officinale) est la plus noble des lavandes : son parfum floral, sucré, délicatement boisé est celui des bouquets et des draps d'antan. C'est la lavande de l'apaisement, associée au sommeil, à la détente et aux peaux sensibles. Plus fine et moins camphrée que le lavandin ou la lavande aspic, c'est la lavande des parfumeurs et des pâtissiers.

Pour le bien être

- **Nuit paisible** : 3 gouttes dans une noisette d'huile végétale (amande douce), en massage sur la face interne des poignets et les tempes avant le coucher.
- **Baume des peaux sensibles** : 2 gouttes diluées dans une noisette d'huile de calendula, sur les zones qui tiraillent (rasage, vent, chaleur).

Pour la maison

- **Sachet anti-mites** : 3 gouttes sur de petits sachets de lavande séchée dans les armoires, à renouveler chaque mois.

Pour les papilles

- **Sucre à la lavande** : 1 goutte sur 100 g de sucre en morceaux, dans un bocal fermé une semaine — pour cookies et infusions.



Le "parfum de la migraine" du bureau
1 goutte sur un mouchoir en tissu ou un galet posé près de soi, à respirer profondément. La lavande fine, reine du lâcher-prise, apaise les journées trop pleines.

Thym linalol

(Thymus vulgaris ct linalol) flacon de 5 ml • 8 €

C'est le thym « doux » de l'aromathérapie : il est bien toléré sur la peau, tout en gardant le caractère herbacé et chaleureux du thym des garrigues. Son parfum à la fois vert et floral évoque les collines du Midi après la pluie.

Pour le bien être

- **Soin des cheveux :** 2 gouttes dans votre dose de shampoing, pour un soin purifiant du cuir chevelu une fois par semaine.
- **Massage "garrigue" :** 3 gouttes diluées dans une cuillère à café d'huile végétale, en massage sur le thorax et le dos pour un moment de chaleur herbacée.

Pour la maison

- **Nettoyant multi-usages :** 10 gouttes dans 50 cl de vinaigre blanc + 50 cl d'eau en spray.

Pour les papilles

- **Cuisine de Provence :** 1 goutte sur une cuillère à café d'huile d'olive versée dans un plat en fin de cuisson (légumes rôtis, ratatouille, focaccia). Utiliser avec parcimonie — 1 goutte suffit pour un plat entier — et uniquement si l'huile est de qualité alimentaire.

Usage original ! Huile douce et parfumée pour les mains

2 gouttes dans une noisette d'huile végétale (amande douce ou macadamia), massées sur les mains et cuticules après le jardinage ou la vaisselle.

LES EAUX FLORALES*

*toutes nos eaux florales sont certifiées Bio

Les eaux florales (ou hydrolats) sont les cousines douces des huiles essentielles : sans concentration, elles s'utilisent pures, directement sur la peau, sans dilution ni précaution de dosage. Un flacon dans la salle de bain, un coton, et la garrigue entre dans le rituel du soin.

Règle d'or : l'eau florale s'applique pure, à l'aide d'un coton ou en brume. À conserver au frais après ouverture (3 à 6 mois). Leur douceur est leur qualité commune.

Lavandin grosso

(Lavandula × intermedia) 1 litre • 5 €

L'eau florale de lavandin grosso est douce, florale, légèrement camphrée, très apaisante au quotidien.

Pour le bien être

• **Brume corporelle après la douche :** vaporisée pure sur le corps, elle parfume et rafraîchit.

Pour la maison

• **Lessive douce :** 4 cuillères à soupe dans le bac à lessive, pour un linge qui rappelle les champs.

Lavande maillette

(Lavandula angustifolia) 100 ml • 4 €

L'hydrolat de lavande maillette est la plus douce des eaux de lavande : son parfum fin et fleuri en fait une grande classique des soins de la peau et de la maison.

Pour le bien être

• **Lotion de visage :** appliquer matin et soir sur une peau nettoyée, à l'aide d'un coton ou en vaporisation directe, pour rafraîchir et apaiser la peau. Aucune dilution nécessaire : l'hydrolat s'utilise pur. En brume pure sur les zones qui tiraillent (rasage, soleil, chaleur).

• **Brume corporelle après la douche :** vaporisée pure sur le corps, elle parfume et rafraîchit.

Pour la maison

• **En eau de repassage :** pour un linge délicatement fleuri, remplir la 1/2 du réservoir avec l'eau de maillette. Attention aux précautions d'usage – voir en fin de carnet.

Usage original
Coup de frais
garder le flacon au réfrigérateur et vaporiser sur le visage, la nuque et les poignets en cas de chaleur, la version champs de lavande de l'eau de thermalisme.

Hélicryse

(Helichrysum italicum) flacon de 100 ml • 5 €

Rare et précieuse comme son huile, l'eau florale d'immortelle dégage un parfum chaud et ambré, très prisée en cosmétique traditionnelle. Elle permet de profiter des bienfaits de la plante dans un format doux et économique.

Pour le bien être

- **Le visage :** imbiber un coton ou une compresse d'hydrolat pur et poser sur les zones concernées du visage, 5 à 10 minutes. Un soin doux hérité des traditions de l'aromathérapie corse et méditerranéenne.
- **Les yeux :** un coton imbibé, posé quelques minutes sur le contour de l'œil fatigué.

Pour la maison

- **En brume d'accueil** des invités, parfume un salon.

Usage original !
Glaçon d'or du matin
Verser l'hydrolat dans un bac à glaçons et congeler. Le matin, passer un glaçon d'immortelle en tapotements sur le visage pour un réveil de la peau express. Un soin glacé digne d'un spa.

Lavande aspic

(Lavandula latifolia) flacon de 100 ml • 4 €

L'hydrolat de lavande aspic conserve le caractère frais et camphré de la plante, en version plus douce : c'est l'eau du «grand air», discrète mais affirmée.

Pour le bien être

- **L'eau des pieds et des jambes légères :** Sa fraîcheur camphrée, presque mentholée, en fait l'eau de l'été et des longues journées debout : vaporiser pure des chevilles vers les cuisses pour un effet fraîcheur immédiat.

Pour la maison

- **La fraîcheur des angles :** spray des sanitaires, anti-fourmis, désodorisant chaussures, voile sur les plantes d'intérieur.

Usage original !
Spray "chaussures saines "
Vaporiser quelques pressions à l'intérieur des chaussures de sport le soir pour rafraîchir et parfumer. Une manière originale de prolonger l'esprit grand air.

Thym linalol

(Thymus vulgaris ct linalol) flacon de 100 ml • 5 €

L'hydrolat de thym linalol est l'eau florale la plus "garrigue" de toutes : herbacée, verte et légèrement sucrée, c'est le doux équilibre entre le caractère du thym sauvage et la douceur de l'eau florale.

Pour le bien être

• **Tonique de peau purifiant :** appliquer matin et soir sur une peau nettoyée, au coton ou en vaporisation, pour rafraîchir et matifier les peaux qui aiment le grand air. S'utilise pur, sans dilution.

Pour la maison

• **Nettoyant des plans de travail :** 5 c. à soupe pour un seau d'eau de 5 litres.

• **Dans le frigo :** désodorise le frigo dans une coupelle déposée au fond du réfrigérateur. A renouveler chaque semaine.

Usage original !
Bain de pieds "marche en garrigue"
2 cuillères à soupe dans une bassine d'eau tiède — rafraîchit et assainit les pieds.

Les eaux de repassage mode d'emploi

Les eaux florales se vaporisent avec un spray ou se versent pures dans le réservoir du fer — ou à moitié avec de l'eau déminéralisée pour un parfum plus léger. Elles ne tachent pas le linge.

Verser l'eau dans le réservoir classique. Pour les centrales à vapeur, ne jamais verser dans le réservoir. Utiliser un vaporisateur, brumisez le linge avant de repasser à sec — même parfum, zéro risque pour l'appareil.
Bien rincer le réservoir à l'eau claire après chaque repassage pour préserver le fer.

Quelle eau pour quel linge ?

• **Lavande maillette** — la reine du repassage : draps, chemises, linge de maison

• **Lavandin grosso** — parfum plus généreux : torchons, tabliers, linge de tous les jours

• **Thym linalol** — la touche herbacée : nappes et serviettes de table

• **Lavande aspic** — fraîcheur camphrée : linge de sport, maillots

• **Hélichryse** — l'exception, quelques gouttes seulement : chemisier de cérémonie, linge d'invités

L'ALIMENTAIRE

Pain d'épices 350 g. • 9 €
Notre démarche est née d'une rencontre avec Marc, apiculteur devenu un ami. Il nous a partagé sa connaissance des abeilles, de leur monde et nous a aussi transmis sa recette de pain d'épices. Ce pain d'épices c'est la saveur du partage et d'une aventure qui continue de s'écrire.

Miel de saison (2026)

Miel crémeux de printemps 500 g. • 8 €
Sa texture est onctueuse, à consommer sans attendre.

Miel d'été 500 g. • 8 €
Sa couleur plus sombre annonce un goût affirmé tout en conservant sa douceur.

Nougat de Noël 100 g • 5 €
Ce nougat est fait de nos amandes bio et sans traitements, de notre miel, de « papier bible » et c'est tout. Le nougat, c'est un héritage provençal vivant parce que dans chaque famille se trouve encore une recette pour garnir les tables de Noël.

Plantes séchées – bio
Verveine sachet 20 g. • 4 €
Sarriette sachet 20 g. • 3 €
Menthe chocolat sachet 20 g. • 3 €
Menthe bergamotte sachet 20 g. • 3 €
Origan sachet 20 g. • 2,50 €
Mélange herbes de Provence (sarriette, thym, romarin, origan) sachet 20 g. • 3 €

Précautions d’usage

Précautions générales
• Les huiles essentielles sont des concentrés puissants : respectez toujours les dosages indiqués.
• Tenir hors de portée des enfants.
• Déconseillées aux femmes enceintes ou allaitantes, aux enfants de moins de 6 ans et aux personnes épileptiques, sauf avis d’un professionnel de santé.
• Éviter tout contact avec les yeux et les muqueuses, ne jamais appliquer pure sur la peau des enfants et des animaux.
• Faire un test dans le pli du coude 24 h avant toute première utilisation cutanée.
• Ne jamais ingérer sans avis d’un professionnel qualifié.
• En cas de doute, demandez conseil à votre pharmacien.

Précaution pour les usages de la maison
• Quelques gouttes suffisent, toujours diluées dans un support (vinaigre blanc, liquide vaisselle, bicarbonate) et jamais posées pures sur les surfaces délicates (bois, marbre).

Précaution pour les usages culinaires
Règle d’or : 1 goutte suffit pour un plat entier. Toujours diluer la goutte dans un support gras ou sucré (huile d’olive, miel, crème) avant d’ajouter en fin de cuisson — jamais directement dans le plat chaud. Réservé aux huiles essentielles de qualité alimentaire, avec mention explicite sur le flacon.

Rappel précautions hydrolats
• Les hydrolats sont doux, mais restent des produits actifs : respectez les usages indiqués.
• Conserver au réfrigérateur après ouverture et utiliser dans les 6 mois.
• Tenir hors de portée des enfants.
• Déconseillé par voie orale aux femmes enceintes ou allaitantes sans avis professionnel.
• Ne jamais ingérer l’hydrolat d’une marque non explicitement prévue à cet usage.

Les produits qui composent ces coffrets sont tous issus de la récolte 2026

Coffret Petite flamme • 5,50 €
1 bougie en cire d'abeille
+ 1 flacon d'huile essentielle de lavandin grosso
+ 1 sachet de fleurs de lavande

Coffret du Père Noël • 12 €
1 pot de miel d'été - 500 g.
+ 1 flacon d'huile essentielle de lavandin grosso - 20 ml
+ 1 sachet de fleurs de lavande pour armoire

Coffret Tout doux miel • 20 €
1 de pot miel d'été - 500 g.
+ 1 pot de miel crémeux de printemps - 500 g.
+ 1 flacon d'huile ssentielle de lavandin grosso - 20 ml
+ 1 sachet de fleurs de lavande pour armoire

Coffret In Flore et Sens de Noël • 29 €
1 flacon d'huile essentielle de lavande maillette - 5 ml
+ eau florale de thym linalol
+ 1 sachet d'herbes de Provence
+ 1 pot de miel d'été - 500 g
+ 1 pain d'épices - 350 g

Coffret du Moulin à papier • 12 €
1 carnet du Moulin à papier de Brousses
+ 1 flacon d'huile essentielle de lavande fine - 10 ml
+ 1 pot de miel d'été - 500 g

Coffret En attendant l'été • 9 €
1 sachet de verveine - 20 g
+ 1 sachet d'origan - 20 g
+ 1 sachet d'Herbes de Provence - 20 g

Coffret Soirées d'hiver • 15 €
1 sachet de verveine - 20 g
+ 1 pot de miel crémeux de printemps - 500 g
+ 1 flacon d'huile essentielle de lavandin grosso - 20 ml

Coffret Sucré-Salé • 12 €
1 pot de miel crémeux de printemps - 500 g
+ 1 sachet d'herbes de Provence - 20 g
+ 1 sachet de fleurs de lavande pour armoire

Coffret Fleurs de miel • 25 €
1 eau florale maillette
+ 1 flacon d'huile essentielle de lavande fine - 10 ml
+ 1 pot de miel - 500 g
+ 1 nougat

Coffret Do it yourself • 10 €
1 flacon d'huile essentielle de Lavandin grosso - 20 ml
+ 1 flacon d'huile essentielle de lavande fine - 10 ml
+ 1 carré de tissu coloré pour confectionner soi-même son sachet de lavande à parfumer
+ 1 poignée de fleurs de lavande

Bon pour soi,
bon pour la nature

in flore & sens

In Flore & Sens • famille Piquemal
1 rue de l'église 11270 Brézilhac
tél. 06 72 72 00 29
mail aude@infloretsens.fr

insta #infloretsens
fb infloretsens

web infloretsens.fr

création et photographie ©mldehondt • 06 59 80 09 09 |
Impression Atelier Gutenberg - Carcassonne