



FAITES-VOUS UNE FLEUR
& ÉCOUTEZ VOS ÉMOTIONS !
FLEURS DE BACH® ORIGINAL



Fleurs de Bach® Original, marque numéro un
des élixirs floraux et pionnière du bien-être émotionnel.*

NOTEBOOK

*Données OpenHealth Sell-out pharmacie et parapharmacie 2024.

Ce document est un outil d'informations pour les professionnels de santé, et ne saurait constituer un support de communication commercial à destination du consommateur. Ne pas reproduire, ne pas distribuer au grand public.

Index des 38 Fleurs de Bach® Original



p.46 Agrimony • Top 23

p.32 Aspen • Top 4

p.50 Beech • Top 35

p.47 Centaury • Top 24

p.37 Cerato • Top 28

p.33 Cherry Plum • Top 5

p.55 Chestnut Bud • Top 33

p.51 Chicory • Top 30

p.56 Clematis • Top 32

p.24 Crab Apple • Top 11

p.25 Elm • Top 18

p.38 Gentian • Top 17

p.39 Gorse • Top 25

p.43 Heather • Top 37

p.48 Holly • Top 13

p.57 Honeysuckle • Top 26

p.40 Hornbeam • Top 15

p.44 Impatiens • Top 7

p.26 Larch • Top 10

p.34 Mimulus • Top 3

p.58 Mustard • Top 19

p.27 Oak • Top 22

p.59 Olive • Top 6

p.28 Pine • Top 14

p.35 Red Chestnut • Top 16

p.36 Rock Rose • Top 9

p.52 Rock Water • Top 20

p.41 Scleranthus • Top 29

p.29 Star of Bethlehem • Top 2

p.30 Sweet Chestnut • Top 12

p.53 Vervain • Top 34

p.54 Vine • Top 38

p.49 Walnut • Top 8

p.45 Water Violet • Top 36

p.60 White Chestnut • Top 1

p.42 Wild Oat • Top 31

p.61 Wild Rose • Top 27

p.31 Willow • Top 21

 Fleurs de Bach Original

 fleurs_de_bach_original

www.fleursdebach.fr

Les Fleurs de Bach® Original
ne sont pas des médicaments
mais des compléments alimentaires.
Elles ne doivent pas remplacer
une alimentation variée, équilibrée
et un mode de vie sain.

Ne pas dépasser la dose journalière
indiquée. Tenir hors de portée
des jeunes enfants.

Crédit photos : Shutterstock / Unsplash

Le succès des Fleurs de Bach



Bach®
ORIGINAL
FLOWER ESSENCES



85 ANS
d'expertise

SIMPLE
à conseiller
et à comprendre

FACILE
d'utilisation

**RÉPONSE
INDIVIDUALISÉE**
pour chacun

**UNE ÉMOTION
= UNE FLEUR**

Les 38 Fleurs de Bach® Original ciblent toutes les émotions passagères ou régulières de l'individu et participent à l'harmonie émotionnelle au quotidien.



Les Fleurs de Bach & Rescue® en quelques dates



1886

Naissance d'Edward Bach
le 24 septembre



1928

1^{ère} découvertes
Impatiens Mimulus Clematis



1930

1^{ère} collaboration d'Edward Bach
avec la pharmacie Nelsons



nelsons™

1934

Arrivée à Mount Vernon



Les fleurs sont récoltées dans le jardin



1936

Création de RESCUE®



Bach Décède le 27 novembre

1960

Création de la crème Rescue®
par Nora Week l'assistante
d'Edward Bach



Crab
Apple

1991

Dépôt de la marque RESCUE®

RESCUE®

Partenariat entre le Centre
Bach et Nelsons



Bach®
ORIGINAL
FLOWER ESSENCES

Le développement de RESCUE® depuis 2008



2008



White
Chestnut

2010



2018

Les Fleurs de Bach® Original
ont un nouveau design



2020



2021



150 ml

2022



2023



Gamme
RESCUE® PETS



2024



2025



L'histoire des Fleurs de Bach



Edward Bach est né en 1886 et a étudié la médecine pour devenir pathologiste, bactériologiste et homéopathe. Il croyait que l'état d'esprit de l'individu jouait un rôle vital dans le maintien du bien-être. Selon lui, il est préférable d'être en harmonie émotionnelle pour vivre sereinement son quotidien. Il découvre les trois premières Fleurs : Mimulus, Impatiens et Clematis en 1928. Entre 1934 et 1936, Bach va vivre et travailler pendant deux ans à Wallingford, petit village près d'Oxford. Dans le jardin de cette maison nommée Mount Vernon, poussent les fleurs qui vont faire partie du système qu'il a commencé six ans plus tôt. Bach collabore avec la Pharmacie Nelsons dès 1936. En 1936, il parachève son travail avec la mise au point du RESCUE®. Ce lien a continué d'exister même après la mort d'Edward Bach jusqu'à ce jour. En 1960, Nora Weeks son assistante crée la Crème RESCUE®. En 1991, le Groupe Nelsons commence à produire et vendre les Fleurs de Bach® Original et le RESCUE® sous licence avec le Centre Bach et a l'autorisation d'utiliser la signature d'Edward Bach sur les flacons. Après avoir invité ses consommateurs à vivre des journées tranquilles, Nelsons lance RESCUE NUIT® en 2008 pour passer des nuits sereines. Premier produit novateur pour l'extension de la marque avec White Chestnut, la fleur qui fait taire les têtes bien remplies. Les Pastilles RESCUE® marquent un tournant avec une nouvelle forme galénique pratique et nomade, qui conviennent à tous ceux qui voyagent et se déplacent. En 2010, deux produits destinés aux Kids et aux animaux de compagnie 🐾 font leur apparition sur le marché. Ils sont sans alcool, à base de glycérine, conçus pour répondre à une forte demande des consommateurs. Depuis, les perles sont venues enrichir la marque. Sans alcool, la formule convient parfaitement aux femmes enceintes. En 2018, les Fleurs de Bach® Original adoptent un nouveau look, la tradition dans un flacon coloré à l'image des 38 Fleurs des champs, d'arbres et de plantes sauvages classées, dans les sept groupes émotionnels !



En 2020, RESCUE NUIT® Kids est dédié aux enfants à partir de 3 ans, il est sans alcool à base de glycérine !

En 1991 débute le partenariat entre le Centre Bach et le laboratoire Nelsons. Depuis 2008 le développement de la marque RESCUE® n'a cessé d'évoluer pour la rendre accessible à tous.



Fin 2022, la marque, répond à la demande croissante des besoins de RESCUE® et RESCUE NUIT® sans alcool.

2023 RESCUE® avec ajouts de vitamines, minéraux et plantes font des capsules jour et nuit des supers alliés dans les périodes d'intenses activités.

La gamme Pets accueille 3 nouveaux produits, le RESCUE® Pets en taille 20ml, décliné aussi en RESCUE NUIT® Pets.

La boîte de RESCUE® Pets Pastilles exclusivement pour les chiens, composée de plantes: camomille, valériane et passiflore, au délicieux goût pomme et beurre de cacahuète, vont devenir la routine des chiens, qui ont besoin de vivre des moments sereins et relaxés au quotidien.

L'idée créative de 2024 c'est est surtout l'année des pastilles délicieusement gourmandes ou fruitées et sans alcool, RESCUE® se décline en plusieurs goûts différents. Le succès de l'incontournable RESCUE® Kids fraise à la glycérine en 10ml, n'est plus à démontrer tout autant que les RESCUE® Pastilles Kids à la Fraise !

En 2025 la gamme s'élargit pour accueillir deux nouveautés ! RESCUE NUIT® Jolis Rêves Pastilles au goût framboise avec son RESCUE NUIT® Jolis Rêves compte-gouttes 10 ml, feront certainement des heureux à l'heure d'aller se coucher, pour faire de jolis rêves et accompagner les émotions des petits, à partir de trois ans.





La qualité, l'exigence,
le savoir faire,
la signature Bach

Le jardin Original



La méthode et le lieu
de fabrication sont restés
identiques depuis 1936.

Toutes les fleurs sont cueillies à la main
dans le jardin d'Edward Bach.

À l'exception d'Olive et Vine qui sont importées d'Europe.

Étape 1



DEUX MÉTHODES ORIGINALES

La méthode Solaire et celle de l'Ébullition
sont celles qu'Edward Bach a développées
à l'époque pour la fabrication
des 38 élixirs floraux.

Étape 2



LA SOLUTION MÈRE

Les Fleurs de Bach sont retirées de l'eau,
qui est ensuite filtrée, puis mélangée à une quantité
équivalente de brandy à 40%. Ce mélange
est appelé **teinture mère**.

Étape 3



LE PRODUIT FINI

Les teintures mères sont envoyées
du Centre Bach à l'usine Nelsons pour la mise
en bouteille. Elles sont ensuite diluées avec
de l'alcool de raisin à 27%.



LA SOLARISATION

La méthode est utilisée
pour les fleurs les plus
délicates qui fleurissent
en été.



20 fleurs



L'ÉBULLITION

La méthode est utilisée
pour les fleurs d'arbres
et les plantes qui fleurissent
en début d'année.



18 fleurs

Les 5 fleurs qui composent
RESCUE® sont aussi cueillies
à la main dans le jardin
d'Edward Bach



Authentiques, Originelles, Originales



Cueillies à la main

Les Fleurs de Bach de la marque sont les premières à avoir été fabriquées sur le sol anglais des mains mêmes de son créateur **Edward Bach** en 1934, et rien n'a changé depuis sa mort en 1936.

Dans son jardin à Wallingford, tout se passe, comme si le temps s'était arrêté.

Les successeurs du Centre Bach, perpétuent le vœux qu'il a fait à ses assistants que la méthode reste **pure, authentique, simple** et intacte, telle qu'il l'a conçue au début des années 30.



Étape 1

DEUX MÉTHODES ORIGINALES

La méthode Solaire et celle de l'Ébullition sont celles qu'Edward Bach a développées à l'époque pour la fabrication des 38 élixirs floraux.



Étape 2

LA SOLUTION MÈRE

Les Fleurs de Bach sont retirées de l'eau, qui est ensuite filtrée, puis mélangée à une quantité équivalente de brandy à 40%. Ce mélange est appelé teinture mère.

Visitez le Centre Bach
LES FLEURS DE BACH, un concentré d'émotions



<https://www.youtube.com/>

Comprendre, c'est aller à la source, mais également faire preuve de discernement sur toutes les idées reçues et souvent fausses qui circulent sur les Fleurs de Bach® Original

Étape 3



LE PRODUIT FINI

Les teintures mères sont envoyées du Centre Bach à l'usine Nelsons pour la mise en bouteille. Elles sont ensuite diluées avec de l'alcool de raisin à 27%.

Dilution de la teinture mère dans la solution

Lors de la préparation de la solution, la méthode traditionnelle consiste à diluer deux gouttes de teinture mère dans une once de la solution. Une once, en mesure métrique, correspond à 30 ml. C'est pourquoi l'instruction actuelle est la suivante : **deux gouttes de teinture mère pour 30 ml.**

Lorsque nous avons transféré notre activité de fabrication de remèdes à Nelsons entre 1991 et 1993, nous avons pris soin avec Nelsons de nous assurer que les méthodes de fabrication de la solution et de la dilution du Dr Bach seraient **suivies exactement comme il les avait laissées en 1936.**

Il y a deux gouttes de teinture mère dans chaque 30 ml solution fourni par Nelsons, comme c'était le cas lorsque nous fabriquions les remèdes de base ici à **Mount Vernon.**

Signé au nom du Dr Edward Bach Center, Angleterre.

La dernière étape de fabrication des Élixirs Floraux

La teinture mère est conservée à l'abri de la chaleur et de la lumière dans un flacon compte-goutte de 20ml, cette solution est diluée avec de l'alcool de raisin à 27% v/v :

- 2 gouttes de Teinture Mère dans environ une once d'alcool
- 1 once équivaut à presque 30 ml, qui correspond à environ 1000 gouttes de brandy.
- 2:1000 ou 1:500

Ancienne mesure

D'autres marques que Fleurs de Bach® Original utilisent l'ancienne façon d'exprimer la dilution 2:480 ou 1:240. Celle-ci est démodée, incorrecte et non conforme à la réglementation européenne.

EAU

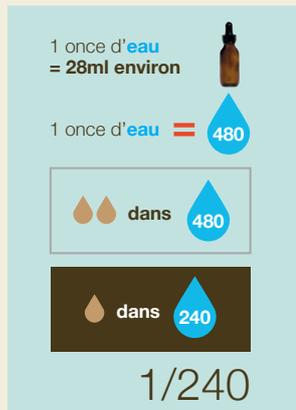
Ancienne unité de volume utilisée par les apothicaires : le minim (1 minim = 1 goutte)
1 once = **480 minims**
Cela présume qu'il y a 480 gouttes de liquide (eau) dans 1 once. Le nombre de gouttes contenu dans un once de brandy est différent car la densité du brandy n'est pas égale à celle de l'eau. Le brandy est moins dense que l'eau.

BRANDY

Il y a presque 1 000 gouttes de brandy dans 1 once de brandy.

En résumé :

Il est plus juste d'écrire 2:1000 (ou 1:500) ce qui reflète plus correctement la vraie dilution de la teinture mère dans le brandy, plutôt que 2:480 (ou 1:240).



273 MILLIONS
DE POSSIBILITÉS

Plusieurs façons de conseiller les fleurs



Bach®
ORIGINAL
FLOWER ESSENCES

ÉMOTIONS DE COURTE DURÉE

Les **38 Fleurs de Bach® Original** se présentent sous forme de flacons compte-gouttes de 20 ml et sont simples d'utilisation.



POUR 1 FLEUR :

2 gouttes directement dans la **bouche** ou **2 gouttes** dans un demi-verre d'eau, **4 fois par jour**.

ÉMOTIONS ANCRÉES

Devenir autonome & faire ses propres **mélanges**. C'est vous qui choisissez et composez le mélange qui vous correspond.



1

Choisir
**7 FLEURS
MAXIMUM**



2

Mettre **2 gouttes** de chaque fleur dans un flacon de 30ml pour mélange



3

Y ajouter de l'eau minérale



4

Prendre **4 gouttes** de son mélange personnel **4 fois par jour**



La durée du flacon est de **3 semaines**.
À conserver au frais

Il n'y a pas de durée définie pour prendre les **Fleurs de Bach® Original**.

Pour les émotions les plus persistantes, il est conseillé de prendre des fleurs pendant **3 semaines**. Pour les émotions plus ponctuelles, c'est à chacun de juger son **équilibre émotionnel**.

Flacon compte-gouttes en verre teinté de 30ml



Une émotion : une fleur



Quand je me sens "**en colère**" ou *agacé(e), énervé(e), contrarié(e)* dans ce que je traverse en ce moment, cela peut signifier différentes émotions !

Redéfinir l'expression de ses ressentis, permet de mieux se comprendre et de faire le **bon choix de Fleurs de Bach® Original** !

Agrimony

"Faire bonne figure, me met en colère !"

Chestnut Bud

"Recommencer les mêmes erreurs me met en colère !"

Larch

"Me sentir incapable, me met en colère !"

Impatiens

"La lenteur des autres, me met en colère !"



Vervain

"Cette tension de convaincre me met en colère !"

Mimulus

"Ne pas oser parler en public, me met en colère !"

Scleranthus

"Ne pas savoir choisir me met en colère !"

Beech

"Critiquer les autres, génère de la colère !"

Elm

"Douter de moi, alors que d'habitude je gère, me met en colère !"

*Aguichant, facile, et pratique à conseiller,
néanmoins, les flacons déjà tout préparés sont trompeurs
Au lieu de se précipiter sur ces «nouvelles tendances»*



**IMPORTANT
MESSAGE**

Sachez répondre à vos patients !

Aucune fleur de Bach pour les symptômes physiologiques, leurs fonctions se limitent aux émotions !



Ces flacons «standardisés» peuvent ne pas convenir aux besoins émotionnels de votre patient !



Invitez vos patients à faire leur Bilan émotionnel et à se rendre sur YouTube, pour qu'ils fassent leurs choix éclairés.



LE RESPECT DE LA MÉTHODE ORIGINALE ET DES INDIVIDUS.

 Qu'est-ce que je ressens?

En laissant chaque personne cultiver son autonomie face à ses émotions et composer son mélange personnel, nous respectons le principe des élixirs floraux élaborés par Edward Bach. **Chacun est unique** et de ce fait, chacun vit les événements à sa façon. Adaptions nos choix de Fleurs en fonction de nos propres besoins émotionnels.

*Libre d'être moi, juste moi
Youtube
Fleurs de Bach® Original*

27 Cas pratiques par thématique

Edward Bach nous explique que nous pouvons mélanger **jusqu'à 7 fleurs ensemble**. Sachant qu'avec les 38 Fleurs nous pouvons obtenir plus de **293 millions de combinaisons possibles**, il nous est alors facile de comprendre que réaliser nos propres flacons personnels pour tous types de problématiques émotionnelles, devient comme un jeu d'enfant.

COMMENT AIDER LES ÉMOTIONS AU TRAVAIL ?



SCLERANTHUS

Je ne sais pas me décider, j'envoie ce mail ?
Je réponds ceci ? Aucune idée !

LARCH

Je n'ai pas confiance en mes capacités,
mes collègues font mieux que moi.

WHITE CHESTNUT

J'ai la tête qui explose, je n'arrête pas de penser
et repenser à mes objectifs.

OAK

Je ne sais pas m'arrêter, même dans la difficulté,
je continue, même si je dois lever le pied.

VINE

Je m'aperçois que je dirige mes équipes avec trop
de fermeté et de rigidité.

COMMENT AIDER LES ÉMOTIONS PENDANT LES SÉPARATIONS ?



STAR OF BETHLEHEM

Mon cœur est lourd. Je ressens de la peine
et du chagrin.

GORSE

Mon histoire est terminée, je ne vivrai plus une si
belle histoire, c'est fichu.

HONEYSUCKLE

Chaque vêtement que je porte me rappelle
des souvenirs avec mon / ma chéri.e et je le vis
difficilement.

HEATHER

Je ne parle que de ma rupture à tout le monde,
je suis en incapacité de m'intéresser aux autres
et de les écouter.

SWEET CHESTNUT

J'ai l'impression que je suis tellement touché.e,
que je n'en vois pas le bout.

COMMENT AIDER À VIVRE LES ÉMOTIONS DANS CE MONDE ?



MUSTARD

J'ai l'impression d'être comme envahi par un sombre
nuage au-dessus de ma tête, qui m'assombrit... Alors
que tout va bien dans ma vie, je devrais voir le soleil.

MIMULUS

L'avenir est incertain, et j'ai la sensation de me faire
du souci.

ROCK ROSE

Mon inquiétude est si forte, que je me sens comme
bloqué.e, et je n'ose plus rien.

ASPEN

Je ressens comme si un danger imminent était
sur le point de se produire.

OLIVE

J'ai la sensation de ressentir une sorte de lassitude /
fatigue émotionnelle.

Savoir discerner ses émotions

Le Centre Bach veille sur les souhaits du Dr Bach, il est le garant du **respect de la méthode originale** du système d'utilisation des fleurs.
Rappel, ce n'est pas la situation que l'on choisit, ce sont les émotions que l'on ressent face à cette situation, c'est bien différent.

Ici vous avez la totalité des **38 émotions** réparties dans **27 cas pratiques**.

Faites votre marché aux fleurs et décidez ce qui est bon pour vous, c'est aussi simple que cela !

COMMENT AIDER LES ÉMOTIONS DES MAMANS ?



PINE

J'ai tendance à m'en vouloir quand je ne réponds pas aux attentes de mes enfants.

IMPATIENS

J'ai souvent des réactions trop impulsives quand mes petits prennent trop de temps pour faire les choses.

CHERRY PLUM

Je sens que je peux facilement perdre mes moyens quand mes enfants me poussent à bout.

ELM

Quand mon conjoint ne m'aide pas, je peux me sentir débordée, j'ai alors la sensation que je ne vais pas y arriver.

RED CHESTNUT

Je ressens de l'inquiétude pour la santé de mes enfants.

COMMENT AIDER LES ÉMOTIONS DES ENFANTS ?



CHESTNUT BUD

Mon enfant se retrouve dans les mêmes situations comme s'il n'apprenait pas des expériences précédentes.

CERATO

Mon enfant me demande toujours ce que j'en pense avant de prendre une décision, alors qu'il sait très bien ce qu'il faut faire.

HOLLY

Mon enfant est jaloux de son frère et se venge en étant agressif.

WILLOW

Mon enfant se plaint qu'il est toujours pris pour cible en classe par la maîtresse alors qu'il n'y est pour rien. Il se désresponsabilise et se fait passer pour la victime, en boudant.

CLEMATIS

Mon enfant est souvent dans la lune, au lieu d'écouter les consignes.

COMMENT AIDER LES ÉMOTIONS DES ADOS ?



HORNBEAM

Mon adolescent a du mal à se mettre au travail, réviser, se mettre au sport.

CRAB APPLE

Mon adolescent n'aime pas son apparence et se sent mal à l'aise dans son corps.

WALNUT

Mon adolescent est influençable et change d'attitude quand il est avec ses amis.

BEECH

Mon adolescent est très intolérant, il critique tout le temps son entourage.

CHICORY

Mon adolescent aime accaparer ses amis pour lui et se n'aime pas quand on le délaisse.

Savoir discerner ses émotions

Les émotions à court terme sont celles qui surgissent soudainement. Concrètement, c'est quand l'événement vous met dans un état sur une très courte durée : quelques heures ou une journée tout au plus. la Fleur de Bach® Original sélectionnée va vous aider, sortir de cet état, pour réguler votre désarroi émotionnel momentané. Dans ce cas précis l'émotion, que vous ressentez est fugace et n'a nullement besoin d'être traitée sur une longue période. Quelques d'heures et c'est le retour à la « normale » d'un point de vue émotionnel !

COMMENT AIDER LES ÉMOTIONS DE LA CHARGE MENTALE ?



WHITE CHESTNUT

J'ai énormément de pression mentale, impossible pour moi de décrocher de toutes ces pensées qui m'assaillent.

ELM

J'ai trop de choses à gérer en même temps. Je me demande comment je vais pouvoir m'en sortir, cela me paraît insurmontable.

HORNBEAM

J'ai tellement de choses à faire que je préfère m'y mettre plus tard. Je n'ai pas l'énergie de les faire.

OAK

Je me dis que je dois tenir coûte que coûte, car de toute façon je n'ai pas le choix. Tout le monde compte sur moi.

IMPATIENS

Tout va trop lentement, j'ai vraiment hâte que tout soit terminé pour passer à autre chose.

COMMENT AIDER LES ÉMOTIONS DANS UNE TOXICITÉ RELATIONNELLE ?



OLIVE

Je ne peux pas continuer comme cela, cette situation m'épuise moralement, je n'en peux plus.

STAR OF BETHLEHEM

Je suis abasourdie par ce qu'il vient de se passer et ce que je viens d'entendre; impossible pour moi de réagir.

VERVAIN

Je passe mon temps à expliquer et argumenter que nos relations ne sont pas possibles en l'état. Mais rien n'y fait, je ne lâcherai rien tant qu'elle ne changera pas de point de vue.

LARCH

Je me demande si un jour je saurai me défaire de cette relation, je m'en sens incapable.

CHERRY PLUM

Je bous à l'intérieur et je suis à deux doigts de répondre de façon irraisonnée.

COMMENT AIDER LES ÉMOTIONS DANS LA DÉPENDANCE AFFECTIVE ?



CHICORY

Je réclame d'être toujours à ses côtés, comme cela je suis sûre et certaine d'être aimé(e).

RED CHESTNUT

J'ai peur quand je n'ai pas de ses nouvelles, j' imagine le pire pour elle/lui.

HEATHER

Je déteste me retrouver seul(e), j'ai toujours besoin de la présence de quelqu'un pour parler de ce qui m'arrive actuellement.

WILLOW

J'ai tendance à me victimiser, quand je pense que c'est la faute de l'autre, si j'en suis là.

CENTAURY

Je ne peux rien lui refuser, je suis capable de m'oublier parce qu'il/elle a besoin de moi.

Savoir discerner ses émotions

Pour les émotions qui perdurent et sursollicitent depuis un certain temps. Prenez le temps de vous poser la question : que vivez-vous exactement ? Est-ce un trait de caractère ? Une épreuve ? Un événement récurrent ? Les perturbations émotionnelles liées à multiples facteurs peuvent être impliquées, donc plusieurs fleurs de Bach, d'où l'intérêt de prolonger la prise.

COMMENT AIDER LES ÉMOTIONS DANS LE CADRE DE HARCÈLEMENT ?



SWEET CHESTNUT

Je ressens que cette situation me plonge dans le désarroi total. Je ne vois pas comment m'en sortir, j'ai beau chercher je ne vois plus de possibilité de m'extraire de cet engrenage.

MIMULUS

Je ressens de l'inquiétude quand je suis aux côtés de la personne qui me cause du tort.

SCLERANTHUS

Je me pose la question de ce que je dois faire: je dis ou non ce qu'il se passe. J'hésite, je pose le pour et le contre, je n'arrive pas à me décider.

OAK

Je suis à bout, je tiens bon. je fais preuve de courage et prends sur moi sans me plaindre, mais c'est très lourd à porter.

ROCK ROSE

J'ai le sentiment que je reste dans un état qui m'empêche complètement d'agir, tellement la crainte prend le dessus.

COMMENT AIDER LES ÉMOTIONS DANS LA PERTE D'UN ÊTRE CHER ?



STAR OF BETHLEHEM

Je ressens une telle tristesse, je suis inconsolable. Rien ne peut me faire arrêter de pleurer, tant la peine est immense.

WHITE CHESTNUT

J'ai tout le temps nos conversations à l'esprit. Toutes ces images dans ma tête qui reviennent en boucle m'empêchent de dormir.

WALNUT

Je dois me faire à une nouvelle vie sans sa présence. Je n'arrive pas à m'y faire, toutes mes habitudes sont bouleversées.

HONEYSUCKLE

Je pense sans cesse aux bons moments du passé qui m'empêchent de me ramener dans le moment présent.

WILLOW

J'en veux à la vie. Je suis très en colère de vivre ce deuil. Qu'ai-je fait pour mériter ça ?

COMMENT AIDER LES ÉMOTIONS DANS LE MANQUE DE DÉSIR ?



CRAB APPLE

Je considère que mon corps n'est pas à mon goût. Et je n'ai pas envie de m'abandonner à la sexualité.

CHESTNUT BUD

Je me comporte de la même façon à chaque fois, je n'arrive pas à enrayer le processus qui me porte préjudice.

WILD ROSE

Je considère que c'est comme ça. Ça m'est égal, je ne fais rien pour faire évoluer cette situation, et ce même si je ne suis pas satisfait(e) du fait que l'on ne se touche plus depuis des mois.

HOLLY

Je soupçonne mon partenaire de me cacher quelque chose. Je lui en veux, et cela ne favorise pas mon désir pour lui.

BEECH

J'ai tendance à faire des critiques lors de nos ébats, je n'aime pas comment cela se passe et j'ai besoin de juger ses attitudes.

Savoir discerner ses émotions

3 semaines sont recommandées pour faire le point sur les expériences vécues, durant toute cette période. Noter vos sensations et ce que vous avez observé, c'est faire un bilan réaliste et concret. Si l'instabilité émotionnelle est présente depuis longtemps, il faut également donner l'opportunité à vos émotions de se réguler à leur rythme.

COMMENT AIDER LES ÉMOTIONS DANS LE DÉSIR DE PARENTALITÉ ?



GORSE

J'ai le sentiment que c'est fichu et que rien ne marchera pour nous. Même si nous essayons, je n'y crois plus au fond de moi.

AGRIMONY

J'évite le sujet et fais comme si tout allait bien. Alors qu'au fond, je me sens tourmenté(e), mais je ne veux pas que cela se voit, pour ne pas inquiéter mon ami(e).

SWEET CHESTNUT

Je n'arrive pas à voir la fin de cette épreuve, qui malgré le soutien, est très difficile à supporter. Je me sens seul(e) et démun(e), sans aucune solution.

WILD OAT

J'ai tendance à demander à tout le monde ce qu'ils ont vécu. Je ne me fais pas confiance.

CERATO

J'ai tendance à demander à tout le monde ce qu'ils ont vécu. Je ne me fais pas confiance, alors qu'au fond de moi, je sais.

COMMENT AIDER LES ÉMOTIONS DURANT LA GROSSESSE ?



RED CHESTNUT

Je ressens de l'inquiétude pour le bébé que je porte, j'espère qu'il se porte bien. Du coup j'appelle tout le temps ma gynécologue pour me rassurer.

ASPEN

J'ai la sensation d'une forme de crainte, alors que tout va bien. Je ne comprends pas ce qu'il se passe, je n'ai vraiment aucune raison valable de m'inquiéter.

IMPATIENS

Je trouve que c'est long, j'ai hâte d'accoucher. Vivement que le bébé soit là.

CLEMATIS

Je suis perpétuellement dans mes rêves, je me projette avec son arrivée. Et cela me distrait, je suis à côté de mes «pompes» et je ne suis pas là du tout.

WALNUT

Je me fais influencer. À chaque fois que j'écoute des amies qui me racontent leur accouchement, je me sens toute bizarre, chamboulée après, alors qu'initialement, j'allais bien.

COMMENT AIDER LES ÉMOTIONS DANS LA PÉRIODE DU POST-PARTUM ?



GORSE

Je pense qu'actuellement, rien ne pourra m'aider. J'ai tendance à vivre les événements de façon négative, comme si je ne retrouverai jamais ma vie d'avant.

ROCK WATER

Je m'en demande trop, il n'y a pas de place au plaisir pour moi. Pour y arriver en tant que maman, je me dois d'être exemplaire.

MUSTARD

Je me sens comme envahie sans raison précise par un voile de tristesse, une forme de vague à l'âme. Alors qu'en réalité, je suis très heureuse.

CHERRY PLUM

J'ai la sensation que je peux « péter les plombs » très vite. Je regrette de ne pas pouvoir me contrôler, mais c'est trop tard.

OLIVE

J'ai besoin de repos, je me sens au bout du rouleau. Je n'ai plus la force émotionnelle.

Savoir discerner ses émotions

Vous allez pouvoir apprendre à distinguer et reconnaître vos émotions au travers des 27 thèmes, composés de 5 fleurs chacun. Même si la thématique vous semble éloignée de votre cas, ce sont encore une fois les émotions et non le thème qui sont à mémoriser.

COMMENT AIDER LES ÉMOTIONS DANS UN DÉMÉNAGEMENT ?



HONEYSUCKLE

Je laisse des souvenirs si importants derrière moi. C'est vraiment dur pour moi de partir de cet endroit.

RED CHESTNUT

Je m'inquiète vraiment pour mon fils qui va être dans l'obligation de quitter tous ses copains. Comment va-t-il le vivre?

ELM

Je me sens dépassée et sous l'eau, je doute de ma capacité à faire face à ce trop-plein de responsabilités.

SCLERANTHUS

Je suis perpétuellement en train de remettre mes décisions en cause, je jette et ensuite je dis l'inverse, non, non je garde, je ne sais pas ce que je veux.

WHITE CHESTNUT

Je rumine toute la journée sur les choses à penser et surtout à ne pas oublier, je ne pense qu'à ça, impossible pour moi de décrocher.

COMMENT AIDER LES ÉMOTIONS PENDANT LA PRÉPARATION D'UN MARIAGE ?



ELM

Je suis littéralement sous l'eau, complètement submergée et même par mes émotions.

STAR OF BETHLEHEM

Je suis si triste que ma mère ne soit pas présente pour me voir en ce si beau jour.

IMPATIENS

Je dois attendre pour les impressions de nos faites-parts, que nos convives répondent, que ma robe soit prête pour les essayages, le choix des plats du traiteur...Je presse tout le monde.

PINE

Je m'en veux, nous aurions dû inviter notre grande tante, mon père est déçu et c'est ma faute.

VINE

J'ai tendance à tout diriger. Quand mon partenaire ne fait pas comme je veux, je lui impose mes choix, j'ai le sentiment d'être un vrai tyran en ce moment.

COMMENT AIDER LES ÉMOTIONS PENDANT LES VOYAGES EN FAMILLE ?



MIMULUS

Je crains toujours de prendre le volant en pleine nuit.

ROCK ROSE

J'ai été obligé(e) de me mettre sur le bas-côté, tellement j'ai eu froid dans le dos, quand j'ai vu que la voiture n'allait pas freiner.

GENTIAN

Je suis déçu(e), je ne m'attendais pas à rouler sur des petites routes de campagne. Je me demande si ça vaut le coup de passer par là, ça me donne envie de renoncer à voyager.

HOLLY

Je réagis avec agressivité au volant. Quand quelqu'un me fait une queue de poisson, j'ai envie de lui faire payer... Au prochain feu, je ne le louperai pas...

WATER VIOLET

J'aime ne pas me sentir envahi(e). Tout ce monde m'insupporte, je préférerais opter pour des routes calmes et isolées.

Savoir discerner ses émotions

Le but recherché étant votre stabilité émotionnelle, puisque dans votre parcours de vie, cette dernière ne sera pas en reste pour vous faire expérimenter, toutes sortes de changements, imprévus et rebondissements en tout genre !

COMMENT AIDER LES ÉMOTIONS DE LA NUIT ?



WHITE CHESTNUT

Je suis perpétuellement en train de repenser à tout un tas de choses, qui me maintient en éveil.

RED CHESTNUT

Je me fais beaucoup de souci pour mes enfants, mes parents, mes proches et cela me réveille la nuit.

SCLERANTHUS

Je ne sais pas ce que je dois faire pour mon avenir professionnel, dois-je quitter cet emploi ou accepter l'offre qui m'est proposée, cela m'empêche d'être serein(e).

STAR OF BETHLEHEM

Je suis très bouleversé(e), cette nouvelle m'afflige et me rend si triste, qu'il m'est impossible de m'endormir.

MIMULUS

Je me fais du souci pour mes finances et pour les conséquences sur ma vie, et cela me préoccupe beaucoup.

COMMENT AIDER LES ÉMOTIONS DU MANQUE DE CONFIANCE EN SOI ?



LARCH

Je manque de confiance en mes capacités, j'ai la sensation de me sentir inférieur(e) à mes ami(e)s.

CERATO

Je doute de mes décisions, je les remets en question, et je préfère demander aux autres ce qu'ils en pensent.

CRAB APPLE

Je trouve que mon corps, mon visage n'est pas aussi beau.

MIMULUS

Je me sens timide et je n'ose pas m'exprimer devant du monde.

HOLLY

J'ai tendance à prêter des intentions malveillantes à ceux qui m'entourent, et je réagis de façon agressive.

COMMENT AIDER LES ÉMOTIONS DANS UNE HYPERSENSIBILITÉ ?



WALNUT

Je suis comme une éponge émotionnelle, et je me sens plus vulnérable que les autres.

CENTAURY

Je dis toujours oui, pour ne pas blesser ceux qui ont besoin d'aide, même si j'ai envie de dire non, je ne peux rien leur refuser.

PINE

Je m'en veux de réagir comme ça, d'être aussi hypersensible, je devrais pouvoir être différent(e).

CHICORY

Je donne beaucoup aux autres, pour être aimé(e) et je suis déçu(e), quand on n'est pas aussi attentif que moi.

AGRIMONY

Je suis toujours souriant(e) pour masquer mon incapacité à me montrer tel(le) que je suis.

Savoir discerner ses émotions

Pour rappel, les Fleurs de Bach, ne remplacent ni un traitement, ni un avis médical ! Les allégations de santé, sont très claires sur ce sujet, seuls les professionnels de santé peuvent "soigner" les personnes atteintes de dysfonctionnements ou de désagréments provoqués par une maladie.

La consultation de médecins, pédiatres, gynécologues, sages-femmes, endocrinologues, psychiatres, neurologues..., reste la première intention ! Quel que soit le diagnostic posé par le corps médical, remettez-vous entre les mains du professionnel de santé, et si vous entendez parler de nom de maladies avec les Fleurs de Bach, ne vous faites pas avoir, ce n'est pas leur fonction. Le rôle qu'elles jouent dans l'équilibre émotionnel, peut être précieux parce qu'inévitablement, les émotions sont très sollicitées lorsque nous traversons la maladie.

COMMENT AIDER LES ÉMOTIONS DANS UN DÉMÉNAGEMENT ?



CRAB APPLE

J'ai la sensation que je n'accepte pas les modifications de mon corps, avec cette forme de désamour, de rejet de moi.

MUSTARD

Quelquefois, je ressens une forme de désarroi émotionnel, mais sans savoir pourquoi.

ELM

Je me sens totalement submergée par les manifestations physiques et qui me provoquent un débordement émotionnel, une perte de confiance.

CHERRY PLUM

J'ai parfois l'impression, que je suis sur le point d'exploser tellement la pression émotionnelle est importante.

WALNUT

J'ai du mal à m'y faire et il est compliqué pour moi de vivre cette période de transition.

COMMENT AIDER LES ÉMOTIONS LORS DE VOYAGE EN FAMILLE ?



CHERRY PLUM

Quand les enfants crient, c'est moi qui suis hors contrôle, j'ai le sentiment que je pourrai ne plus me contenir, et hurler à mon tour.

IMPATIENS

Quand la circulation est au ralenti, je me sens très agacé.e, nerveux.se, et je perds facilement patience, cela crée beaucoup de tension pour tout le monde.

WILLOW

J'ai la fâcheuse tendance à reporter mon énervement sur mon compagnon ou sur les enfants, comme s'ils devaient être responsables de ma mauvaise humeur.

RED CHESTNUT

Je m'inquiète toujours pour que tous, soient bien pendant le trajet, que tout se passe bien, qu'ils ne manquent de rien.

BEECH

Je ne peux m'empêcher d'être intolérant.e et de critiquer le comportement des enfants tout au long du voyage.

COMMENT AIDER LES ÉMOTIONS DE L'HYPERTIVITÉ ?



WALNUT

Il lui est très difficile de s'adapter à toutes les consignes que nous lui proposons pour se poser.

VERVAIN

Il ne sait pas s'arrêter, se pauser, il est presque toujours exalté, trop enthousiaste.

IMPATIENS

Il ne sait pas prendre le temps nécessaire pour agir, il veut tout, tout de suite, il trépigne et s'agace.

CHESTNUT BUD

Il ne comprend pas que ses attitudes répétitives ne l'aident pas à progresser.

CHERRY PLUM

C'est plus fort que lui, c'est comme s'il était absolument incapable de maîtriser ses comportements.

Savoir discerner ses émotions

Sur le marché des fleurs il y a des flacons « Sommeil » qui ne correspondront pas à nos attentes et au pire, **des fleurs y sont absentes**. Dans certains, il y aura Red Chestnut la Fleurs des peurs pour les proches, et pour d'autres marques, elle sera inexistante, alors que penser ?

Est-ce vraiment le mot « Sommeil » auquel il faut prêter attention ou bien à **ce que ressent la personne** durant son endormissement ou ses nuits chaotiques ? À quoi bon utiliser ce flacon, étant donné que les fleurs présentes désignent des problématiques émotionnelles, auxquelles nous ne sommes pas confrontés ?

COMMENT AIDER LES ÉMOTIONS DES PERSONNES ATTEINTES DE MALADIES ?



WATER VIOLET

J'ai tendance à m'isoler et me retrouver seul.e par plaisir ce qui fait penser que je suis fier.e et distant(e).

CENTAURY

J'ai envie de m'occuper de moi, mais je ne sais pas me faire passer avant les autres, je ne sais pas dire non.

WILD ROSE

Je m'en moque, de toute façon c'est la fatalité, je ne peux pas changer les choses alors, je me résigne.

GENTIAN

J'ai tendance à me décourager à la moindre occasion, au moindre retard, cela me donne envie d'abandonner.

WILD OAT

Je me sens totalement perdu.e. je ne sais plus ce qui est bon pour moi, ce que je dois faire.

COMMENT AIDER LES ÉMOTIONS DANS L'ARRÊT DU TABAC ?



IMPATIENS

Mon impatience est mise à rude épreuve, je pass au quart de tour, rien ne va assez vite pour moi.

CHERRY PLUM

Par moment, il m'est compliqué de garder mon sang froid, j'ai envie de craquer.

HOLLY

Il ne faut pas trop venir me chercher en ce moment, parce que mon comportement est proche de la défensive.

AGRIMONY

Je me sens plutôt perturbé, et je le cache à mon entourage en faisant comme si tout allait bien.

VERVAIN

Mon souhait est de convertir tous mes amis à cette nouvelle façon de vivre, c'est à dire vivre mieux.

COMMENT AIDER LES ÉMOTIONS EN PÉRIODE DE CHANGEMENT ALIMENTAIRES ?



ROCK WATER

J'ai tendance à être trop exigeante avec moi, je ne m'octroie aucun plaisir, j'aimerais devenir un exemple pour les autres.

CHESTNUT BUD

Je recommence des comportements alimentaires que je n'ai pas intégré, comme si je n'avais pas compris la première fois.

CHERRY PLUM

Je saute sur tout et n'importe quoi, comme si je ne pouvais pas me contrôler.

PINE

Je m'en veux terriblement de ne pas être en mesure de respecter mes engagements.

CRAB APPLE

En ce moment, j'ai vraiment du mal à me regarder dans la glace.

Prendre
la responsabilité
de nos états
émotionnels.

Résumer du conseil au comptoir



CONSEILLER LES Fleurs de Bach® Original

Déterminer la ou les émotions		États ponctuels ou de très courte durée <i>Quelques heures à deux trois jours</i>		Émotions installées, trait de caractère <i>Quelques heures à deux trois jours</i>		Faire son bilan
Je me pose la question.	Je fais mon bilan émotionnel pour sélectionner la ou les fleurs.	Je prends une fleur pour l'émotion prioritaire du moment.	2 gouttes lorsque l'émotion se présente.	Je prends plusieurs fleurs mais pas au delà de 7.	2 gouttes de chaque fleur dans mon flacon, 4 gouttes 4 fois par jour.	Noter ses émotions pour mieux se comprendre.
QU'EST-CE QUE JE RESENS MAINTENANT ?	 	 				 depuis la prise des Fleurs de Bach Star of Bethlehem _____ White Chestnut _____ Red Chestnut _____
Le patient doit prendre quelques secondes pour observer ses émotions.	Le patient fait son bilan émotionnel soit sur papier, soit sur fleursdebach.fr .	Une émotion = 1 fleur <i>Jusqu'à amélioration de l'humeur.</i>		Plusieurs émotions = plusieurs fleurs <i>3 semaines pour stabiliser les émotions À renouveler ou à adapter.</i>		Le patient écrit quelques mots-clés qui lui feront prendre conscience de son évolution émotionnelle.
		Bon à savoir : On peut indépendamment prendre une seule Fleur de Bach dans un flacon de 30ml ou prendre plusieurs Fleurs pures directement dans un verre d'eau ou dans la bouche.				

De l'aide colorée pour comprendre les 38 émotions



Sur le présentoir les différentes couleurs correspondent à la classification donnée par Edward Bach dans les années 30.



Les 38 Fleurs ont été classées, dans 7 Groupes de Sentiments pour nous guider, dans la sélection de chacune d'entre-elles.

L'observation de la nature humaine a conduit Edward Bach à comprendre que l'être humain pouvait ressentir 38 émotions de courte ou plus longue durée. Celles-ci sont rattachées à des tendances particulières.

Chaque flacon coloré représente une émotion facilement identifiable. Vous pouvez vous aider de la brochure pour avoir plus d'explications pour chacune des fleurs.

Sachez que vous pouvez choisir vos fleurs dans n'importe quel groupe de sentiment tout en respectant la limite de 7 Fleurs de Bach® Original

Aidez vos patients avec le Bilan Émotionnel en ligne sur fleursdebach.fr



Crab Apple



Abattement
ou désespoir

ACCEPTATION DE SOI

Contribue à :

Être moins focalisé sur ce que l'on considère sale ou dégoûtant.
Revenir aux justes proportions et voir les choses dans leur ensemble.

Nom français : Pommier sauvage
Nom latin : Malus sylvestris



Fleur présente dans
RESCUE®
CRÈME



Découvrir
les fleurs
en vidéo



N°11
DES VENTES
DE L'ANNÉE
2024

**Les émotions exprimées
par la personne :**

" Tout ce que je touche
me dégoute, j'aime nettoyer
et que tout soit propre.
Je n'aime pas me regarder
dans la glace..."

La situation :

Le regard que l'on porte
sur son aspect physique,
le dégoût de certains aliments,
l'évolution du corps
à l'adolescence...



ASSURANCE

Elm



Abattement
ou désespoir

Contribue à :

Retrouver son assurance naturelle.
Prioriser les tâches pour faire face aux débordements.

Nom français : Orme cilié
Nom latin : Ulmus procera



N°18
DES VENTES
DE L'ANNÉE
2024

Découvrir
les fleurs
en vidéo



Les émotions exprimées par la personne :

" Je me sens dépassé(e),
débordé(e) par tout ce que
j'ai à faire..."

La situation :

Mes changements alimentaires,
voyage, déménagement,
examens...





Larch



Abattement
ou désespoir

Contribue à :

Prendre plus d'initiatives et se lancer.
Agir en ayant conscience de ses capacités.

Nom français : Mélèze
Nom latin : Larix decidua



N°10
DES VENTES
DE L'ANNÉE
2024

Découvrir
les fleurs
en vidéo



Les émotions exprimées par la personne :

" Je ne suis pas capable,
je me trouve nul(le)... "

La situation :

Pour passer un examen,
déménager, changer d'emploi,
faire une rencontre...





PRISE DE RECUL

Oak



Abattement
ou désespoir

Contribue à :

S'arrêter avant qu'il ne soit trop tard.
Savoir prendre du temps pour se reposer.

Nom français : Chêne
Nom latin : Quercus robur



Découvrir
les fleurs
en vidéo



N°22
DES VENTES
DE L'ANNÉE
2024

Les émotions exprimées par la personne :

" Je n'ai pas le choix, je dois aller jusqu'au bout, on compte sur moi et j'ai donné ma parole, je dois tenir coûte que coûte, même si je n'en peux plus..."

La situation :

Milieu professionnel, vie familiale, études, ou toute situation où l'on n'écoute pas les limites de son corps...





Pine



Abattement
ou désespoir

Contribue à :

Être en mesure d'accepter ses erreurs.
Se pardonner avec bienveillance.

Nom français : Pin sylvestre

Nom latin : Pinus sylvestris



Découvrir
les fleurs
en vidéo



N°14
DES VENTES
DE L'ANNÉE
2024

Les émotions exprimées par la personne :

" Je m'en veux, je culpabilise
sur le fait d'avoir arrêté, d'avoir oublié
quelque chose, c'est de ma faute,
je suis responsable, j'aurais dû..."

La situation :

Travail, dans le couple,
avec les enfants, sur la façon
de s'alimenter, de ne pas
faire de sport...





Star of Bethlehem



Abattement
ou désespoir

Contribue à :

Accepter un moment douloureux vécu comme un bouleversement.
Apaiser les effets du contrecoup émotionnel d'un choc.

Nom français : Dame de onze heures
Nom latin : Ornithogalum umbellatum



N°2
DES VENTES
DE L'ANNÉE
2024

Découvrir
les fleurs
en vidéo



Les émotions exprimées par la personne :

" Je suis sous le choc,
je n'arrive pas à m'en remettre,
c'est difficile à accepter..."

La situation :

Mauvaise nouvelle,
décès, rupture, emploi,
examens, voyage...

Fleur présente dans
RESCUE®





Sweet Chestnut



Abattement
ou désespoir

Contribue à :

Se sentir soutenu.
Réussir à voir le bout du tunnel.

Nom français : Châtaignier
Nom latin : Castanea sativa



Découvrir
les fleurs
en vidéo



**Les émotions exprimées
par la personne :**

" J'ai le sentiment que plus
rien ne me soulagera, je me sens
comme abandonné(e), seul(e),
et je n'en vois pas la fin..."

La situation :

Décès, rupture, travail...



N°12
DES VENTES
DE L'ANNÉE
2024



POSITIVITÉ

Willow



Abattement
ou désespoir

Contribue à :

Être acteur de sa propre vie.
Devenir objectif face à une situation.

Nom français : Saule blanc
Nom latin : Salix vitellina



Découvrir
les fleurs
en vidéo



N°21
DES VENTES
DE L'ANNÉE
2024

**Les émotions exprimées
par la personne :**

" C'est de la faute des autres,
je n'y suis pour rien, je n'ai vraiment
pas de chance, il faut toujours que ça
tombe sur moi, j'ai le sentiment que
le sort s'acharne sur moi..."

La situation :

Carrière professionnelle,
relations affectives, sociales,
avec ses amis, au sein
de la famille...





Aspen



Peurs

Contribue à :

**Être capable de gérer ses peurs inconnues.
Plus de sécurité intérieure.**

Nom français : Peuplier tremble
Nom latin : Populus tremula



N°4
DES VENTES
DE L'ANNÉE
2024

*Découvrir
les fleurs
en vidéo*



**Les émotions exprimées
par la personne :**

"J'ai le sentiment de ressentir
de l'inquiétude sans raison
apparente et je n'arrive pas
à comprendre pourquoi..."

La situation :

Au réveil, pendant la journée,
sensations désagréables
sans savoir pourquoi, pendant la nuit...





Cherry Plum



Contribue à :

Agir avec calme et sang-froid.
Reprendre le contrôle de ses émotions.

Nom français : Prunier myrobolan
Nom latin : Prunus cerasifera



N°5
DES VENTES
DE L'ANNÉE
2024

*Découvrir
les fleurs
en vidéo*



Les émotions exprimées par la personne :

"Je suis au bord de craquer,
de perdre mon sang froid..."

La situation :

Travail, avec les enfants,
avec l'alimentation...

Fleur présente dans

RESCUE®





CONFIANCE

Mimulus



Peurs

Contribue à :

Affronter et surmonter ses peurs.
Faire preuve de confiance pour surmonter les difficultés.

Nom français : Mimule tacheté
Nom latin : Mimulus guttatus



Découvrir
les fleurs
en vidéo



N°3
DES VENTES
DE L'ANNÉE
2024

**Les émotions exprimées
par la personne :**

"Je suis inquiet(e), je me fais
du souci, j'ai peur..."

La situation :

Toute situation vécue
pour soi-même...





Red Chestnut



Peurs

Contribue à :

Laisser les autres vivre leurs expériences.
Avoir confiance en les capacité de ses proches.

Nom français : Marronnier d'Inde rouge
Nom latin : Aesculus carnea



N°16
DES VENTES
DE L'ANNÉE
2024

Découvrir
les fleurs
en vidéo



Les émotions exprimées par la personne :

" Je suis inquiet(e), je me fais
du souci, j'ai peur pour les autres,
mes proches, mari, enfants,
famille, animal..."

La situation :

S'ils passent un examen,
voyagent, pour leur travail,
leur vie sentimentale...





Rock Rose



Peurs

Contribue à :

Se dépasser et agir avec bravoure.
Faire preuve de courage.

Nom français : Hélianthème

Nom latin : Helianthemum nummularium



N°9
DES VENTES
DE L'ANNÉE
2024

Découvrir
les fleurs
en vidéo



Les émotions exprimées
par la personne :

" Je suis effrayé(e)... "

La situation :

Accident, divorce,
décès, licenciement,
mauvaise nouvelle...

Fleur présente dans

RESCUE®





CERTITUDE

Cerato



Incertitude

Contribue à :

Faire confiance à son ressenti.
Prendre les bonnes décisions.

Nom français : Plumbago de Willmott
Nom latin : Ceratostigma willmottiana



*Découvrir
les fleurs
en vidéo*



Les émotions exprimées par la personne :

" Je doute de mon intuition, je ne suis plus tout à fait certain.e, il vaut mieux que je demande à mon entourage pour me rassurer, mais en fait, au fond de moi, je sais exactement ce qu'il me faut...! "

La situation :

Changements alimentaires, hygiène de vie, déplacement, choix personnel, vie affective, déménagement, examens...



N°28
DES VENTES
DE L'ANNÉE
2024



Ce document est un outil d'informations pour les professionnels de santé, et ne saurait constituer un support de communication commercial à destination du consommateur. Ne pas reproduire, ne pas distribuer au grand public.



PERSÉVÉRANCE

Gentian



Incertitude

Contribue à :

Persévérer malgré les difficultés.
Apprendre à dépasser les obstacles.

Nom français : Gentianelle amère
Nom latin : Gentiana amarella



*Découvrir
les fleurs
en vidéo*



N°17
DES VENTES
DE L'ANNÉE
2024

Les émotions exprimées par la personne :

" Je suis déçu(e), cela ne marche pas comme je le pensais, il faut recommencer, je m'attendais à mieux, cela me donne envie d'abandonner, de renoncer..."

La situation :

Des résultats sportifs ou d'examens, recherche d'emploi...





Gorse



Incertitude

Contribue à :

**Garder espoir en toutes circonstances.
Voir les choses sous un œil nouveau.**

Nom français : Ajonc d'Europe
Nom latin : Ulex europaeus



*Découvrir
les fleurs
en vidéo*



Les émotions exprimées par la personne :

"Je veux bien essayer ça si tu veux,
mais je n'y crois plus maintenant,
c'est fichu, plus rien n'est possible,
il faudrait un miracle..."

La situation :

Travail, vie sentimentale,
à l'attente d'un résultat,
sur une recherche de logement...



**N°25
DES VENTES
DE L'ANNÉE
2024**



Hornbeam



Incertitude

Contribue à :

Avoir la motivation pour se mettre en route.
Donner l'envie de se mettre à l'action.

Nom français : Charme
Nom latin : *Carpinus betulus*



N°15
DES VENTES
DE L'ANNÉE
2024

*Découvrir
les fleurs
en vidéo*



Les émotions exprimées par la personne :

" Je n'arrive pas à me lever
le matin, j'ai la flemme,
je procrastine, je n'arrive pas
à m'y mettre..."

La situation :

Commencer à réviser,
s'alimenter différemment,
déménager, se mettre au sport,
chercher un emploi...





CHOIX

Scleranthus



Incertitude

Contribue à :

Savoir choisir et s'y tenir.
Apprendre à se positionner sans hésitation.

Nom français : Sclérante annuel
Nom latin : Scleranthus annuus



*Découvrir
les fleurs
en vidéo*



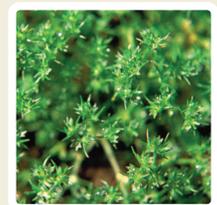
N°29
DES VENTES
DE L'ANNÉE
2024

**Les émotions exprimées
par la personne :**

" Impossible de choisir,
je reste des heures à changer
d'avis, c'est oui et après c'est non,
impossible de me décider..."

La situation :

Orientation professionnelle,
scolaire, choix d'études,
relations affectives, lieu
de vacances, alimentation,
activités sportives...





AMBITION

Wild Oat



Incertitude

Contribue à :

Avoir la capacité à mener à bien divers projets.
Avoir confiance dans ses choix de vie.

Nom français : Brome ramifié

Nom latin : Bromus ramosus



*Découvrir
les fleurs
en vidéo*



Les émotions exprimées par la personne :

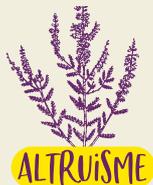
"Je ne sais plus où j'en suis,
je suis perdu(e), je ne sais pas
quelle voie emprunter, quel est le sens
de ma vie, ce que je dois faire..."

La situation :

Travail, dans le couple,
éducation des enfants,
alimentation, sport...



N°31
DES VENTES
DE L'ANNÉE
2024



Heather



Solitude

Contribue à :

Une écoute sincère et attentive pour autrui.
Se décentrer de ses propres problématiques.

Nom français : Bruyère
Nom latin : Calluna vulgaris



N°37
DES VENTES
DE L'ANNÉE
2024

Découvrir
les fleurs
en vidéo



Les émotions exprimées par la personne :

" Je cherche toujours à trouver
de la compagnie pour raconter mes
problèmes, je ne m'intéresse
qu'à moi et n'écoute pas les autres..."

La situation :

Dans les relations sociales,
affectives, familiales,
professionnelles...





Impatiens



Contribue à :

Avoir plus de patience.
S'adapter au rythme des autres.

Nom français : Impatiens
Nom latin : Impatiens glandulifera



Solitude

N°7
DES VENTES
DE L'ANNÉE
2024

Découvrir
les fleurs
en vidéo



Les émotions exprimées par la personne :

" Je suis impatient(e),
irritable, rien ne va assez
vite pour moi..."

La situation :

Avoir des résultats,
changer de travail, transformer
ma façon de m'alimenter,
faire une rencontre...

Fleur présente dans

RESCUE®





Water Violet



Contribue à :

**S'ouvrir aux autres.
Se rendre accessible avec humilité.**

Nom français : Violette d'eau
Nom latin : *Hottonia Palustris*

Solitude



N°36
DES VENTES
DE L'ANNÉE
2024

*Découvrir
les fleurs
en vidéo*



**Les émotions exprimées
par la personne :**

" Je préfère être seul(e) pour gérer
ma vie, je passe pour quelqu'un
de distant, fier et hautain,
je n'aime pas me mêler des histoires
des autres..."

La situation :

Dans le couple,
au travail, avec ses amis...





Agrimony



Hypersensibilité
&
influçabilit 

Contribue   :

Avoir la capacité à se montrer tel que l'on est.
Accepter tous les mauvais côtés de la vie.

Nom français : Aigremoine
Nom latin : Agrimonia eupatoria



N 23
DES VENTES
DE L'ANNÉE
2024

Découvrir
les fleurs
en vidéo



Les émotions exprimées par la personne :

" Tout va bien, j'ai un souci,
mais je préfère en rire, ou être
dans le déni, faire semblant... "

La situation :

Accident, divorce,
licencierement...





AFFIRMATION

Centaury



Hypersensibilité
&
influçabilité

Contribue à :

**Apprendre à se positionner avec conviction.
Ne plus s'oublier.**

Nom français : Centaurée petite
Nom latin : Centaurium umbellatum



Découvrir
les fleurs
en vidéo



**Les émotions exprimées
par la personne :**

" Je fais tout le temps attention
aux autres, j'aime rendre service,
et prendre soin d'eux, mais j'en deviens
souvent servile, je devrais savoir
dire stop de temps en temps.. "

La situation :

En famille, au travail,
avec ses voisins, ses amis,
avec un parent...



N°24
DES VENTES
DE L'ANNÉE
2024



Ce document est un outil d'informations pour les professionnels de santé, et ne saurait constituer un support de communication commercial à destination du consommateur. Ne pas reproduire, ne pas distribuer au grand public.



BIENVUEILLANCE

Holly



Hypersensibilité
&
influençabilité

Contribue à :

Voir une situation ou autrui avec bonté.
Plus d'ouverture car on ne se sent plus agressé par l'autre.

Nom français : Houx
Nom latin : Ilex aquifolium



Découvrir
les fleurs
en vidéo



N°13
DES VENTES
DE L'ANNÉE
2024

Les émotions exprimées par la personne :

" Je ressens comme un sentiment
de colère, j'en veux à mon patron,
conjoint(e), enfant... je n'arrive pas
à lui pardonner... il faut qu'il paye pour
ce qu'il a fait..."

La situation :

Milieu professionnel,
vie de couple, séparation,
garde des enfants, héritage...





ADAPTABILITÉ

Walnut



Contribue à :

Se sentir protégé et mieux armé dans les périodes de changements.
Revenir à une sensibilité équilibrée.

Nom français : Noyer royal
Nom latin : Juglans regia

Hypersensibilité
&
influençabilité



Découvrir
les fleurs
en vidéo



N°8
DES VENTES
DE L'ANNÉE
2024

**Les émotions exprimées
par la personne :**

" Je n'arrive pas à m'y faire,
les changements me sont
compliqués à vivre..."

La situation :

Nouvelle saison, changement
d'heure, voyage,
alimentation qui évolue...





Beech



Contribue à :

Être plus tolérant envers autrui.
Plus de compréhension, d'indulgence.

Nom français : Hêtre commun
Nom latin : *Fagus sylvatica*

Préoccupation
excessive
de la vie d'autrui



Découvrir
les fleurs
en vidéo



N°35
DES VENTES
DE L'ANNÉE
2024

**Les émotions exprimées
par la personne :**

" Je ne supporte pas les imbéciles,
ils sont tous stupides et ils
ne comprennent rien, je ne critique
pas je constate que tous les gens
sont idiots..."

La situation :

Travail, dans la vie de couple,
relations sociales,
le comportement des gens,
en famille...





GÉNÉROSITÉ

Chicory



Contribue à :

Aimer sans attendre.
L'autonomie affective.

Nom français : Chicorée
Nom latin : Cichorium intybus

Préoccupation
excessive
de la vie d'autrui



Découvrir
les fleurs
en vidéo



Les émotions exprimées par la personne :

" Je suis très déçu(e) que l'on me traite
comme cela après tout ce que j'ai fait
pour mes proches, je suis si triste
qu'ils ne restent pas près de moi...
Ils sont si ingrats..."

La situation :

Relations professionnelles,
affectives, vie de couple,
avec ses enfants, ses collègues,
ses amis, ses voisins...



N°30
DES VENTES
DE L'ANNÉE
2024



Ce document est un outil d'informations pour les professionnels de santé, et ne saurait constituer un support de communication commercial à destination du consommateur. Ne pas reproduire, ne pas distribuer au grand public.



FLEXIBILITÉ

Rock Water



Préoccupation
excessive
de la vie d'autrui

Contribue à :

Plus de flexibilité dans la rigueur quotidienne.
Lâcher du lest, assouplir sa rigidité.

Nom français : Eau de source

La source se trouve dans le Pays de Galles



Découvrir
les fleurs
en vidéo



N°20
DES VENTES
DE L'ANNÉE
2024

Les émotions exprimées par la personne :

"J'ai le sentiment que je suis trop
exigent(e) envers moi-même et que je ne
m'autorise aucun plaisir, il faut
que je montre l'exemple, et pour y arriver
pas de place au plaisir..."

La situation :

Sport, étude, travail,
hygiène de vie...





MODERATION

Vervain



Contribue à :

**S'investir avec modération.
S'exprimer sans en faire trop.**

Nom français : Verveine
Nom latin : *Verbena officinalis*

*Préoccupation
excessive
de la vie d'autrui*



*Découvrir
les fleurs
en vidéo*



Les émotions exprimées par la personne :

" Je déteste l'injustice, je vais déployer l'énergie nécessaire, me battre pour obtenir gain de cause, allez venez avec moi, nous serons plus forts tous ensemble, ce sera super !..."

La situation :

Pour la cause animale, les façons de s'alimenter, pour que les gens adhèrent à différents modes de pensées, pour l'environnement...



**N°34
DES VENTES
DE L'ANNÉE
2024**



Ce document est un outil d'informations pour les professionnels de santé, et ne saurait constituer un support de communication commercial à destination du consommateur. Ne pas reproduire, ne pas distribuer au grand public.



Vine



Préoccupation
excessive
de la vie d'autrui

Contribue à :

Faire preuve d'autorité bienveillante.
Gérer les choses avec diplomatie.

Nom français : Vigne rouge
Nom latin : Vitis vinifera



Découvrir
les fleurs
en vidéo



Les émotions exprimées par la personne :

" Je veux que l'on m'obéisse au doigt
et à l'œil, quand je demande
quelque chose je veux que cela soit fait
sans discussion, c'est moi qui décide
et qui sais !..."

La situation :

Dans la vie professionnelle, la vie
de famille, affective, sociale,
avec les animaux, les enfants,
pour les placements financiers,
l'orientation scolaire, le management...



N°38
DES VENTES
DE L'ANNÉE
2024



Chestnut Bud



Contribue à :

Apprendre de ses erreurs.
Sortir des schémas répétitifs.

Nom français : Maronnier d'Inde
Nom latin : Aesculus hippocastanum

Manque d'intérêt
pour le présent



N°33
DES VENTES
DE L'ANNÉE
2024

Découvrir
les fleurs
en vidéo



Les émotions exprimées par la personne :

" Il m'arrive souvent de ne pas tirer profit de mes actions, quand je fais une erreur, je la refais hélas de nombreuses fois avant de comprendre la leçon..."

La situation :

Dans les études, l'alimentation, le sport, les relations affectives, sociales, professionnelles...





ATTENTION

Clematis



Contribue à :

Vivre dans la réalité.

Gagner à être plus concentré et présent.

Nom français : Clematite blanche

Nom latin : Clematis vitalba



Manque d'intérêt
pour le présent

N°32
DES VENTES
DE L'ANNÉE
2024

Découvrir
les fleurs
en vidéo



Les émotions exprimées par la personne :

" Je suis vraiment tête en l'air, impossible d'être concentré à ce que je fais, j'ai tendance à ressentir comme un besoin d'évasion et d'imaginer des choses qui ne sont pas encore arrivées et dont je rêve..."

La situation :

Relations affectives, professionnelles, sociales, scolaires, affectives, familiales, financières...

Fleur présente dans

RESCUE®





Honeysuckle



Manque d'intérêt
pour le présent

Contribue à :

Vivre dans le moment présent et aller de l'avant.
Tirer un trait sur le passé sans le renier.

Nom français : Chèvrefeuille
Nom latin : Lonicera caprifolium



Découvrir
les fleurs
en vidéo



Les émotions exprimées par la personne :

"Je ressens de la nostalgie,
comme si rien ne sera jamais
plus comme avant, tout me semble
si fade par rapport à ce que
j'aimais ou vivais avant..."

La situation :

Déménagement,
rupture amoureuse,
profession, travail,
école...



N°26
DES VENTES
DE L'ANNÉE
2024



Mustard



Manque d'intérêt
pour le présent

Contribue à :

Retrouver la joie initiale.
Plus de stabilité de son humeur.

Nom français : Moutarde des champs
Nom latin : Sinapis arvensis



Découvrir
les fleurs
en vidéo



**Les émotions exprimées
par la personne :**

" Je ne sais pas et ne comprends
pas pourquoi cela me tombe
dessus, comme une sorte
de cafard, de tristesse, alors
que tout va bien..."

La situation :

Changement de saison,
arrivée d'un bébé, puberté,
périodes prémenstruelles,
ménopause...



N°19
DES VENTES
DE L'ANNÉE
2024



DYNAMISME

Olive



Manque d'intérêt
pour le présent

Contribue à :

Recharger les batteries.
Pouvoir se sentir régénéré, en pleine forme.

Nom français : Olivier
Nom latin : Olea europaea



Découvrir
les fleurs
en vidéo



**Les émotions exprimées
par la personne :**

" Je me sens fatigué(e),
épuisé(e),
au bout du rouleau... "

La situation :

Déménagement,
examens...



N°6
DES VENTES
DE L'ANNÉE
2024



White Chestnut



Contribue à :

Avoir la capacité à réfléchir avec plus de clarté.
Avoir des pensées constructives et claires.

Nom français : Marronnier d'Inde
Nom latin : Aesculus hippocastanum



Manque d'intérêt
pour le présent

N°19
DES VENTES
DE L'ANNÉE
2024

Découvrir
les fleurs
en vidéo



Les émotions exprimées par la personne :

" Je rumine, mon esprit est préoccupé,
je ressasse..."

La situation :

À l'attente d'un résultat,
sur sa vie, sur les autres...

Fleur présente dans
**RESCUE®
NUIT**





MOTIVATION

Wild Rose



Manque d'intérêt
pour le présent

Contribue à :

Croquer la vie à pleines dents.
Retrouver de l'intérêt, de la vitalité, de l'enthousiasme.

Nom français : Églantier
Nom latin : Rosa canina



Découvrir
les fleurs
en vidéo

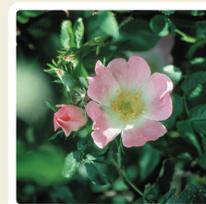


**Les émotions exprimées
par la personne :**

" Rien ne m'intéresse, et je me fiche
de tout, comme si tout glissait
sur moi, ça ou autre chose
ça m'est complètement égal..."

La situation :

Relations affectives,
financières, professionnelles
sociales...



N°27
DES VENTES
DE L'ANNÉE
2024



Ce document est un outil d'informations pour les professionnels de santé, et ne saurait constituer un support de communication commercial à destination du consommateur. Ne pas reproduire, ne pas distribuer au grand public.

ACCOMPAGNEZ VOS CLIENTS

Comment choisir les Fleurs de Bach® Original ?

En les invitant à faire le

Bilan Émotionnel

Simple et efficace, il est disponible soit dans la brochure ci-contre, ou en ligne sur

> fleursdebach.fr

Il leur suffit de cocher les réponses qui les concernent aujourd'hui

N'oubliez pas d'informer vos patients qu'ils peuvent regarder les 38 vidéos en ligne sur YouTube



*Fleurs de Bach Original
Libre d'être moi juste moi*

Fleurs / Émotions

Ce que vous ressentez

En quoi la Fleur va vous aider

ABATTEMENT OU DÉSPOIR

Oak Prise de recul	<input type="radio"/>	Vous vous sentez obligé de toujours vous battre, aux dépens d'autres choses / Vous avez le sentiment de travailler beaucoup trop.	Vous vous arrêtez avant qu'il ne soit trop tard / Vous prenez conscience et considérez vos limites.
Pine Estime de soi	<input type="radio"/>	Vous vous faites beaucoup trop de reproches / Vous avez la sensation que ce qui arrive aux autres est souvent de votre faute.	Vous êtes en mesure d'accepter vos erreurs / Vous vous pardonnez avec bienveillance.
Star of Bethlehem Réconfort	<input type="radio"/>	Vous avez la sensation d'avoir vécu un événement comme un choc / Suite à un événement, vous ressentez de la tristesse.	Vous apaisez les effets du contrecoup émotionnel d'un choc. Vous surmontez l'épreuve avec sérénité.
Sweet Chestnut Croyance	<input type="radio"/>	Vous avez besoin d'un courage nouveau et de lâcher prise. Vous ne voyez pas d'issue à votre situation actuelle.	Vous vous sentez soutenu(e) / Vous voyez le bout du tunnel.
Willow Positivité	<input type="radio"/>	Vous avez l'impression que tout ce qui vous arrive est injuste. Vous vous apitoyez sur votre sort face à une situation donnée.	Vous prenez la responsabilité de vos actes / Vous devenez objectif face à une situation.
Aspen Sécurité	<input type="radio"/>	Vous avez l'impression d'avoir peur pour un rien / Vous avez des intuitions et êtes tendu(e).	Vous êtes capable de gérer vos peurs inconnues / Vous vous sentez avec plus de sécurité intérieure.
Cherry Plum Maîtrise	<input type="radio"/>	Vous avez l'impression de perdre votre sang froid pour un rien. Vous avez la sensation de perdre le contrôle de vos actes, pensées et paroles.	Vous agissez avec calme et sang-froid / Vous reprenez le contrôle de vos émotions.
Mimulus Confiance	<input type="radio"/>	Une situation à venir vous donne du souci / Vous rougissez facilement.	Vous affrontez et surmontez vos peurs / Vous maîtrisez les difficultés avec confiance.
Red Chestnut Optimisme	<input type="radio"/>	Vous vous faites du souci pour les autres / Vous êtes très protecteur(trice) vis-à-vis des autres.	Vous laissez les autres vivre leurs expériences / Vous faites confiance à vos proches et en leurs capacités.
Rock Rose Courage	<input type="radio"/>	Vous avez le sentiment que vos soucis prennent le dessus. Vous vous faites tellement de souci que vous n'osez plus rien.	Vous vous dépassez et agissez avec bravoure / Vous faites preuve de courage?
Cerato Certitude	<input type="radio"/>	Vous avez la sensation de ne pas écouter votre propre intuition / Au fond, vous savez ce que vous voulez mais vous recherchez confirmation auprès des autres.	Vous faites confiance à votre ressenti / Vous êtes capable de prendre seul(e) les bonnes décisions pour vous.
Gentian Persévérance	<input type="radio"/>	Vous avez l'impression d'être facilement découragé(e) et vite déçu(e) / Vous avez l'impression de manquer de persévérance face aux difficultés de la vie.	Vous vous persévérez malgré les difficultés / Vous apprenez à dépasser les obstacles.
Gorse Espoir	<input type="radio"/>	Vous avez la sensation de douter de votre réussite et de ne plus y croire / Vous avez la sensation que rien ne peut vous aider.	Vous gardez espoir en toutes circonstances. Vous voyez les choses sous un œil nouveau.
Hornbeam Entrain	<input type="radio"/>	Il vous manque l'entrain nécessaire ou vous avez une «sensation de lundi matin» / Vous avez envie de reporter au lendemain ce que vous pourriez faire aujourd'hui.	Vous avez la motivation pour vous mettre en route / Vous donnez l'envie de vous mettre à l'action.
Scleranthus Choix	<input type="radio"/>	Vous avez l'impression d'hésiter entre deux choses. Vous avez l'impression d'être d'humeur changeante, passant de la joie à la tristesse, du rire aux larmes.	Vous savez choisir et vous vous y tenez / Vous apprenez à vous positionner sans hésitation.
Wild Oat Ambition	<input type="radio"/>	Vous vous intéressez à beaucoup de choses mais vous êtes indécis(e) quant à la bonne voie à suivre / Vous avez le sentiment de ne pas avoir trouvé le sens de votre vie.	Vous êtes capable de mener à bien divers projets. Vous avez confiance dans vos choix de vie.

PEURS

INCERTITUDE

Flours / Émotions

Ce que vous ressentez

En quoi la Fleur va vous aider

SOLITUDE

Heather

Altruisme



Vous vous préoccupez beaucoup de vous. / Vous n'aimez pas être seul(e) et recherchez la compagnie des autres.

Vous avez une écoute sincère et attentive / Vous vous décentrez de vos propres problématiques.

Impatiens

Patience



Vous êtes impatient(e) et facilement à cran / Vous n'aimez pas la lenteur.

Vous Acceptez le rythme des autres / Vous prenez votre temps.

Water Violet

Sociabilité



Vous aimez être seul(e) mais vous ne voulez pas paraître inaccessible / Vous préférez régler vos difficultés par vous-même.

Vous sortez de votre tour d'ivoire / Vous vous ouvrez au partage de vos connaissances.

HYPERSENSIBILITÉ
ET INFLUENÇABILITÉ

Agrimony

Sincérité



Vous cachez vos vrais sentiments derrière une façade. Vous n'aimez pas les conflits et cherchez à les éviter.

Vous êtes plus sincère envers vous-même et les autres. Vous arrivez désormais vous montrer tel(le) que vous êtes.

Centuary

Affirmation



Vous ne savez pas dire « non » / Vous niez vos propres besoins afin de faire plaisir aux autres.

Vous vous positionnez avec conviction / Vous faites de vous une priorité.

Holly

Bienveillance



Vous réagissez facilement de manière suspicieuse. Vous ressentez un sentiment d'envie ou de jalousie.

Vous voyez désormais une situation ou autrui sous un œil nouveau / Vous aimez autrui sans lui souhaiter du mal.

Walnut

Adaptabilité



Vous avez le sentiment d'être vulnérable dans les périodes de transition / Vous avez l'impression que les changements ne sont pas faciles pour vous.

Vous revenez à une sensibilité équilibrée / Vous renforcez vos convictions personnelles.

PRÉOCCUPATION EXCESSIVE
DE LA VIE D'AUTRUI

Beech

Tolérance



Vous êtes critique avec les autres / Vous avez l'impression de juger sévèrement les autres.

Vous êtes plus tolérant(e) envers autrui / Vous faite preuve de plus de compréhension et d'indulgence.

Chicory

Générosité



Vous donnez dans l'espoir de recevoir quelque chose en retour / Vous avez l'impression d'être possessif(ve).

Vous aimez sans attendre quelque chose / Vous avez plus d'autonomie affective.

Rock Water

Flexibilité



Vous mettez la barre trop haut pour vous-même / Vous avez l'impression de rechercher un idéal de vie.

Vous êtes plus flexible au quotidien / Vous lâchez du lest tout en assouplissant votre rigidité.

Vervain

Moderation



Votre enthousiasme conduit parfois à des excès / Vous ne supportez pas les injustices et êtes prêt(e) à vous battre.

Vous vous investissez avec modération / Vous vous exprimez sans en faire trop.

Vine

Respect



Vous êtes ambitieux(se) et vous avez l'impression d'être dominateur(trice) et inflexible / Vous ressentez souvent le besoin d'avoir raison.

Vous faites preuve d'autorité bienveillante. Vous gérez les choses avec diplomatie.

Chestnut Bud

Sagesse



Vous répétez toujours les mêmes erreurs / Vous n'apprenez pas de vos expériences.

Vous apprenez de vos erreurs / Vous sortez des schémas répétitifs.

Clematis

Attention



Vous avez une imagination débordante et avez tendance à rêver / Vous avez le sentiment d'être dans la lune.

Vous êtes ancré(e) dans la réalité / Vous gagnez à être plus concentré(e).

Honeysuckle

Réalité



Vous êtes attaché(e) au passé et vous avez le mal du pays. Vous avez la sensation de regretter des occasions manquées.

Vous vivez le moment présent et aller de l'avant / Vous tirez un trait sur le passé sans le renier.

Mustard

Stabilité



Vous vous sentez parfois préoccupé(e) sans raison apparente. Vous avez l'impression de ressentir parfois un sentiment de tristesse sans en connaître la raison.

Vous retrouvez votre joie initiale / Votre humeur est plus stable.

Olive

Dynamisme



Vous avez la sensation que tout vous coûte / Vous vous sentez peu intéressé(e).

Vous rechargez les batteries / Vous vous sentez régénéré(e), en pleine forme.

White Chestnut

Sérénité



Vous avez l'impression que vos pensées tournent en rond. Vous ruminez car vous êtes absorbé(e) par vos problèmes.

Vous êtes en capacité de réfléchir avec plus de clarté. Vous avez des pensées constructives et claires.

Wild Rose

Motivation



Vous avez le sentiment d'être résigné(e) et faites peu pour changer les choses / Vous réagissez de manière indifférente.

Vous croquez la vie à pleines dents / Vous retrouvez de l'intérêt, de la vitalité, de l'enthousiasme.

DES CAS PRATIQUES

de mises en situation
de la vie quotidienne

Mettez à disposition,
les Cas Pratiques
en les **IMPRIMANT !**



Vos patients vont pouvoir consulter les nombreux thèmes, et découvrir comment fonctionnent les émotions. C'est dans la répétition que l'apprentissage se fait le mieux !

PDF sur le site
nelsons-webformation.com

Les émotions exprimées par la personne :	La situation	La fleur		Groupe de sentiment
« Tout ce que je touche me dégoûte, j'aime nettoyer et que tout soit propre. Je n'aime pas me regarder dans la glace... »	Le regard que l'on porte sur son aspect physique, le dégoût de certains aliments, l'évolution du corps à l'adolescence...	Crab Apple		Abattement ou désespoir
« Je me sens dépassé(e), débordé(e) par tout ce que j'ai à faire... »	Mes changements alimentaires, voyage, déménagement, examens...	Elm		
« Je ne suis pas capable, je me trouve nul(le)... »	Pour passer un examen, déménager, changer d'emploi, faire une rencontre...	Larch		
« Je n'ai pas le choix, je dois aller jusqu'au bout, on compte sur moi et j'ai donné ma parole, je dois tenir coûte que coûte, même si je n'en peux plus... »	Milieu professionnel, vie familiale, études, ou toute situation où l'on n'écoute pas les limites de son corps...	Oak		
« Je culpabilise sur le fait d'avoir arrêté ce que j'ai commencé, d'avoir oublié quelque chose, c'est de ma faute, je suis responsable, j'aurais dû... »	Travail, dans le couple, avec les enfants, sur la façon de s'alimenter, de ne pas faire de sport...	Pine		
« Je suis sous le choc, je n'arrive pas à m'en remettre, c'est difficile à accepter... »	Mauvaise nouvelle, décès, rupture, emploi, examens, voyage...	Star of Bethlehem		
« J'ai le sentiment que plus rien ne me soulagera, je me sens comme abandonné(e), seul(e), et je n'en vois pas la fin... »	Décès, rupture, travail...	Sweet Chestnut		
« C'est de la faute des autres, je n'y suis pour rien, je n'ai vraiment pas de chance, il faut toujours que ça tombe sur moi, j'ai le sentiment que le sort s'acharne sur moi... »	Au sujet de la carrière professionnelle, relations affectives, sociales, avec ses amis, au sein de la famille...	Willow		Peurs
« J'ai le sentiment de ressentir de l'inquiétude sans raison apparente... »	Au réveil, pendant la journée, sensations désagréables sans savoir pourquoi, pendant la nuit...	Aspen		
« Je suis au bord de craquer, de perdre mon sang froid... »	Travail, avec les enfants, avec l'alimentation...	Cherry Plum		
« Je suis inquiet(e), je me fais du souci, j'ai peur... »	Toute situation vécue pour soi-même	Mimulus		

Les émotions exprimées par la personne :	La situation	La fleur		Groupe de sentiment
« Je suis inquiet(e), je me fais du souci, j'ai peur pour les autres, mes proches, mari, enfant, famille, animal... »	S'ils passent un examen, voyagent, pour leur travail, leur vie sentimentale...	Red Chestnut		Peurs
« Je suis effrayé(e)... »	Accident, divorce, décès, licenciement, mauvaise nouvelle...	Rock Rose		
« Je doute de mon intuition, je ne suis plus tout à fait certain(e), il vaut mieux que je demande à mon entourage pour me rassurer, mais en fait cela complique encore plus les choses puisque chacun donne son avis... »	Changements alimentaires, hygiène de vie, déplacement, choix personnel, vie affective, déménagement, examens...	Cerato		Incertitude
« Je suis déçu(e), cela ne marche pas comme je le pensais, il faut recommencer, je m'attendais à mieux, cela me donne envie d'abandonner, de renoncer... »	De résultats sportifs, résultats d'examens, recherche d'emploi...	Gentian		
« Je veux bien essayer ça si tu veux, mais je n'y crois plus maintenant, c'est fichu, plus rien n'est possible, il faudrait un miracle... »	Travail, vie sentimentale, à l'attente d'un résultat, sur une recherche de logement...	Gorse		
« Je n'arrive pas à me lever le matin, j'ai la flemme, je procrastine, je n'arrive pas à m'y mettre... »	Commencer à réviser, s'alimenter différemment, déménager, se mettre au sport, chercher un emploi...	Hornbeam		
« Impossible de me décider, je reste des heures à changer d'avis, c'est oui et après c'est non, impossible de me décider... »	Orientation professionnelle, scolaire, choix d'études, relations affectives, lieu de vacances, alimentation, activités sportives...	Scleranthus		
« Je ne sais plus où j'en suis, je suis perdu(e), je ne sais pas quelle voie emprunter, quel est le sens de ma vie, ce que je dois faire... »	Travail, dans le couple, avec l'éducation des enfants, alimentation, sport ...	Wild Oat		
« Je cherche toujours à trouver de la compagnie pour raconter mes problèmes, je ne m'intéresse qu'à moi et n'écoute pas les autres... »	Dans les relations sociales, affectives, familiales, professionnelles...	Heather		Solitude
« Je suis impatient(e), irritable, rien ne va assez vite pour moi... »	Avoir des résultats, changer de travail, transformer ma façon de m'alimenter, faire une rencontre...	Impatiens		
« Je préfère être seul(e) pour gérer ma vie, je passe pour quelqu'un de distant, fier et hautain, je n'aime pas me mêler des histoires des autres... »	Dans le couple, au travail, avec ses amis...	Water Violet		

Les émotions exprimées par la personne :	La situation	La fleur		Groupe de sentiment
«Tout va bien, j'ai un souci, mais je préfère en rire, ou être dans le déni, faire semblant...»	Accident, divorce, licenciement...	Agrimony		Hypersensibilité et influençabilité
«Je fais tout le temps attention aux autres, j'aime rendre service, et prendre soin d'eux, mais j'en deviens souvent servile, je devrais savoir dire stop de temps en temps...»	En famille, au travail, avec ses voisins, ses amis, avec un parent...	Centaury		
«Je ressens comme un sentiment de colère, j'en veux à mon patron, conjoint(e), enfant... je n'arrive pas à lui pardonner..., il faut qu'il paye pour ce qu'il a fait»	Milieu professionnel, vie de couple, séparation, garde des enfants, héritage...	Holly		
«Je n'arrive pas à m'y faire, les changements me sont compliqués à vivre...»	Nouvelle saison, changement d'heure, voyages, alimentation qui évolue...	Walnut		
«Je ne supporte pas les imbéciles, ils sont tous stupides et ils ne comprennent rien, je ne critique pas je constate que tous les gens sont idiots...»	Travail, dans la vie de couple, relations sociales, le comportement des gens, en famille...	Beech		Préoccupation excessive
«Je suis très déçu(e) que l'on me traite comme cela après tout ce que j'ai fait pour mes proches, je suis si triste qu'ils ne restent pas près de moi... Ils sont si ingrats...»	Relations professionnelles, affectives, vie de couple, avec ses enfants, ses collègues, ses amis, ses voisins...	Chicory		
«J'ai le sentiment que je suis trop exigeant(e) envers moi-même et que je ne m'autorise aucun plaisir, il faut que je montre l'exemple, et pour y arriver pas de place au plaisir...»	Sport, étude, travail, hygiène de vie...	Rock Water		
«Je déteste l'injustice, je vais déployer l'énergie nécessaire, me battre pour obtenir gain de cause, allez venez avec moi, nous serons plus forts tous ensemble, ce sera super ! ...»	Pour la cause animale, les façons de s'alimenter, pour que les gens adhèrent à différents modes de pensées, pour l'environnement...	Vervain		
«Je veux que l'on m'obéisse au doigt et à l'œil, quand je demande quelque chose je veux que cela soit fait sans discussion, c'est moi qui décide et qui sais !...»	Dans la vie professionnelle, la vie de famille, affective, sociale, avec les animaux, les enfants, pour les placements financiers, l'orientation scolaire, le management...	Vine		

Les émotions exprimées par la personne :	La situation	La fleur		Groupe de sentiment
« Il m'arrive souvent de ne pas tirer profit de mes actions, quand je fais une erreur, je la refais hélas de nombreuses fois avant de comprendre la leçon... »	Dans les études, l'alimentation, sport, relations affectives, sociales, professionnelles...	Chestnut Bud		Manque d'intérêt pour le présent
« Je suis vraiment tête en l'air, impossible d'être concentré à ce que je fais, j'ai tendance à ressentir comme un besoin d'évasion et d'imaginer des choses qui ne sont pas encore arrivées et dont je rêve... »	Relations affectives, professionnelles, sociales, scolaires, affectives, familiales, financières ...	Clematis		
« Je ressens de la nostalgie, comme si rien ne sera jamais plus comme avant, tout me semble si fade par rapport à ce que j'aimais ou vivais avant... »	Déménagement, rupture amoureuse, profession, travail, école...	Honeysuckle		
« Je ne sais pas et ne comprends pas pourquoi cela me tombe dessus, comme une sorte de cafard, de tristesse, alors que tout va bien... »	Changement de saison, arrivée d'un bébé, puberté, périodes prémenstruelles, ménopause...	Mustard		
« Je me sens fatigué(e), épuisé(e), au bout du rouleau... »	Déménagement, examens...	Olive		
« Je rumine, mon esprit est préoccupé, je ressasse... »	À l'attente d'un résultat, sur sa vie, sur les autres...	White Chestnut		
« Rien ne m'intéresse, et je me fiche de tout, comme si tout glissait sur moi, ça ou autre chose ça m'est complètement égal... »	Relations affectives, financières, professionnelles, sociales...	Wild Rose		

● RESCUE® ● RESCUE NUIT® ●



Découvrir les fleurs en vidéo sur YouTube



ÉCOUTEZ VOS ÉMOTIONS, découvrez vos Fleurs de Bach® Original sur-mesure

Scannez et faites votre bilan émotionnel



LES QUESTIONS clés



Les émotions au comptoir

- Comment parlez-vous des Fleurs Bach® Original à vos patients au comptoir ?
- Avez-vous le réflexe "émotionnel" au comptoir ?
- Comment abordez-vous le sujet des émotions ?
- Prenez-vous le temps de poser des questions, sur la façon dont vos patients font face à leurs émotions ?
- Comment recueillez-vous "l'information émotionnelle" de vos clients et conseillez-vous ensuite à vos clients des produits pour les accompagner ?

Aider son patient

- Leur dites-vous qu'ils peuvent faire leur bilan émotionnel en ligne et sur papier ? www.fleurdebach.fr
- Leur expliquez-vous qu'ils peuvent comprendre les produits à travers les réseaux sociaux ? Instagram ? Youtube ?

Le conseil associé

- Pensez-vous au conseil associé au comptoir avec des Fleurs de Bach® Original et/ou de RESCUE® ?

De l'aide pour vendre

- Pour mieux connaître nos marques, pensez-vous prendre du temps pour aller vous former sur www.nelsons-webformation.com ?

Vous et les produits

- Que pensez-vous des produits ?
- Avez-vous de l'expérience avec les Fleurs de Bach® Original ou avec RESCUE® ?

Bilan émotionnel



Un nouveau Bilan Emotionnel en ligne est désormais disponible pour aider vos clients à trouver les Fleurs de Bach® Original qui leur correspondent, en fonction de leurs besoins émotionnels.

Ce questionnaire sera accessible via le **QR code présent sur votre présentoir en pharmacie**, ce qui vous permet de le présenter facilement lors de vos échanges avec vos patients.

C'est un excellent outil pour les guider vers la ou les **Fleurs de Bach® Original les plus adaptées**, en 3 minutes.

Nous vous invitons également à faire ce Bilan Emotionnel vous-même, afin de découvrir son fonctionnement et de vous sentir plus à l'aise pour le recommander.



Scannez et faites votre bilan émotionnel

Astuce

Encouragez vos clients à prendre une capture d'écran de leurs résultats personnalisés, afin de les conserver sur leur téléphone et pouvoir s'y référer facilement par la suite.

Comment présenter ce Bilan Emotionnel à vos patients :

- "Vous ne savez pas quelles fleurs vous conviennent ? Ce bilan émotionnel rapide peut vous aider !"
- "Scannez ce QR code pour recevoir une recommandation personnalisée – cela prend à peine quelques minutes."
- "Découvrons ensemble ce qui peut vous aider en ce moment – cet outil rend les choses simples."
- "N'hésitez pas à faire une capture d'écran de vos résultats pour les garder avec vous."

Vous aider à comprendre la pertinence des Fleurs de Bach® Original en officine



UNE SÉRIE DE 34 PODCASTS COMPOSÉS :



Les émotions au comptoir

12 Podcasts thématiques, de Janvier à Décembre afin de décoder au comptoir, les émotions de votre patient, selon le mois en cours, pour vous accompagner dans le conseil et la vente de nos produits Fleurs de Bach® Original et RESCUE®.



Les cas pratiques au comptoir

Un Podcast à deux voix, sous forme de scénette, le patient et sa demande avec le conseil approprié du pharmacien. Pour accompagner les équipes officinales sur des vraies thématiques au comptoir. Citation de 2 Fleurs de Bach® Original et RESCUE®.



Les Astuces Ventes au comptoir, 10 Podcasts aide à la vente

1. Savoir parler de nos produits avec les patients (4'23)
2. Déceler les émotions de son patient (5'10)
3. Savoir entendre et comprendre les émotions de son patient (5'09)
4. Pourquoi RESCUE® ne peut pas répondre à toutes les situations ? (5'47)
5. Comment conseiller la crème RESCUE® ? (3'43)
6. Conseiller les fleurs de Bach associé à RESCUE Nuit® (4'48)
7. Le Conseils associés (3'58)
8. Les remèdes composés (6'00)
9. Faites témoigner vos patients (3'48)
10. La gestion émotionnelle dans l'équipe (5'06)

Lien sur le site nelsons-webformation.com

Des outils à disposition pour vous aider à vendre et à conseiller vos patients

POUR L'ÉQUIPE OFFICINALE : NELSONS-WEBFORMATION.COM

POUR VOS PATIENTS

27 Cas Pratiques à thèmes



Dans le Notebook et sur le site

Newsletter mensuelle



Cas pratiques à imprimer



PDF à télécharger sur le site

Notebook



Produit du mois



Sur le site

PDF interactif

PDF Interactif
Mot de Passe Top38!



Le TOP 38 de l'année 2023
Par Ordre alphabétique
Par Famille émotionnelle



Il suffit de cliquer sur le nom de la fleur 🌸

Vidéos Youtube

Les vidéos sur les Fleurs 🌸



Les vidéos sur Rescue 🌸

