



## Cómo crear una gran experiencia

1. Comienza esta experiencia interactuando con tu audiencia, haciéndoles una o dos preguntas simples sobre situaciones cotidianas.

### Ejemplos:

- ¿Quién de ustedes duerme 8 horas seguidas?
- ¿Alguien sabe cuál es la diferencia entre dormir y descansar?

Puedes hacer 2 o 3 preguntas.

2. Escucha sus respuestas.
3. Comparte una experiencia propia y que se relacione con sus respuestas.
4. Lee el párrafo de introducción y la información del producto.
5. Muestra la botella de aceite esencial de Lavanda.
6. Abre la botella y comparte una gota con cada persona y permíteles sentir, tocar, oler el aroma, permite que lo experimenten usando todos sus sentidos.
7. Haz la receta casera. Recomendamos que cada uno de tus participantes haga su propia receta.

## El Aceite Esencial de Lavanda

Un sueño reparador profundo y continuo es clave para mantener una buena salud física y mental. Varias partes de nuestro cuerpo se recuperan cuando dormimos, por eso, descansar es necesario para nuestro bienestar general.

El aceite esencial de Lavanda crea un ambiente tranquilo cuando se difunde o se aplica tópicamente.

Puede ayudar a limpiar y a calmar molestias de la piel cuando se aplica tópicamente.

Tiene un aroma floral dulce.





# Spray para Almohadas

## Ingredientes

½ taza                      Agua destilada

1 cucharadita          Hamamelis

5-6 gotas                Aceite esencial  
de Lavanda

Botella de spray de vidrio 6-8 oz.

Lavanda seca (opcional)

## Instrucciones

1. Toma la botella y retira la tapa.
2. Agrega el hamamelis y el aceite esencial de Lavanda en la botella y agita.
3. Añade agua destilada y mezcla.
4. Agrega la lavanda seca (opcional para decoración).
5. ¡Vuelve a poner la tapa en la botella de spray y disfruta!

