



# 1. LES METHODES D'UTILISATION

DE NOS HUILES ET PASTILLES



# INDICATIONS

- Pour les pastilles, les indications d'utilisation sont les mêmes que celles affichées ci-dessous



Par voie sublinguale, les effets sont ressentis de 5 à 20 minutes après la prise et durent de 2 à 3 heures.

- 1 Ne pas boire, manger ou fumer environ 5 minutes avant la prise de CBD.
- 2 Se mettre devant un miroir pour voir ou placer les gouttes sous la langue
- 3 Comme sur l'image, placer les gouttes sous la langue
- 4 Attendre 1 à 2 minutes minimum
- 5 Après 1 à 2 minutes, avaler ce qu'il reste d'huile de CBD

# QUAND UTILISER L'HUILE DE CBD ?

*« Il est plus efficace de consommer le CBD après un repas, le cannabinoïde sera plus facilement ingéré par les muqueuses de notre système digestif s'il est accompagné de matières grasses, cela permettra également d'étaler l'absorption du CBD tout au long de la digestion. »*

*« Il est conseillé d'administrer la dose journalière en répartissant les prises au fil de la journée. Le plus efficace (en règle générale car chaque cas est différent), est de les prendre en 3 fois : première prise le matin, seconde le midi après repas et le soir entre le repas et le coucher. »*

COMBIEN  
DE FOIS  
PAR  
JOUR ?



QUELLE  
DIFFÉRENCE  
ENTRE  
UNE HUILE  
NATURE  
ET  
AROMATISÉE ?

**Huile nature** = 100% Huile de chanvre

Cette huile est plus lente à ingérer par l'organisme, il est recommandé pour les personnes nécessitant l'apport de CBD constamment.

**Huile aromatisée** = Mélange Huile chanvre et Huile coco

Cette huile à l'inverse, permet au CBD d'être ingéré plus rapidement et d'en ressentir plus vite les effets (idéale pour les pathologies avec des douleurs, crises soudaines).



# 2.

## CBD : LES PATHOLOGIES QU'IL PERMET D'ACCOMPAGNER



# LISTE DES PATHOLOGIES

## Douleurs dites « neuropathiques »

- Mal de dos
- Douleurs musculaires
- Fibromyalgie
- Sclérose en plaque
- Maladie de Crohn
- Arthrose / Arthrite
- Polyarthrite rhumatoïde

## Dérèglement du métabolisme

- Insomnie
- Manque d'appétit
- Nervosité
- Troubles digestifs
- Diabète
- Troubles anxieux

## Autres :

- Épilepsie
- Parkinson
- Dépendance à la nicotine, au THC, ou à d'autres drogues
- Schizophrénie
- Phobies sociales
- Angoisse / Stress



# 3. LES DOSAGES RECOMMANDÉS

AVEC NOS HUILES ET PASTILLES





# POUR MIEUX COMPRENDRE LES DOSAGES DE NOS HUILES CB'DÉ

	Huile 5%	Huile 10%	Huile 15%	Huile 20%	Huile 25%
Quantité totale CBD/bouteille (10ml)*	500mg	1000mg	1500mg	2000mg	2500mg
Quantité totale CBD/goutte (10ml= 200 gouttes)	2,5mg	5mg	7,5mg	10mg	12,5mg



## DECOUVERTE DU CBD / PAS DE PATHOLOGIE PARTICULIERE

 30 à 40mg CBD/jour

## DECOUVERTE DU CBD / PATHOLOGIE "LEGERES" (SOMMEIL, LEGERES DOULEURS...)

 40 à 60 mg CBD/jour

## PATHOLOGIE PLUS LOURDE, NECESSITE DU CBD POUR DOULEURS, CRISES, SOUTIENT (FIBROMYALGIE, CROHN, ARTRHOSE...)

 60 à 160mg CBD/jour

## PERSONNE CONNAISSANT LE CBD, AVEC AVIS MEDICAL FAVORABLE POUR PATHOLOGIE

 Commencer à 80mg CBD/jour et ajuster selon les besoins/le ressenti

*A SAVOIR: au-delà de 160mg de CBD/jour, aucun risque n'existe, les récepteurs "endocannabinoïdes" sont simplement saturés.*


QUEL  
DOSAGE  
POUR  
QUELLE  
PATHOLOGIE ?



# 4. CE QU'IL FAUT SAVOIR

SUR LE CBD





# COMMENT LE CBD AGIT SUR NOTRE SYSTÈME ?

*« Lorsque l'on absorbe le CBD, notre système endocannabinoïde réagit directement en fonction de la quantité ingérée. Plus la prise est concentrée en cannabinoïde, et plus les récepteurs de notre système peuvent être occupés par ceux-ci. Ce système est régulateur pour notre système neurologique et agit donc sur l'homéostasie du corps en général, il a des implications majeures dans presque tous les domaines (gestion du poids, de l'équilibre, de l'anxiété, etc) »*

*« Le Cannabidiol (CBD)  
n'agit en aucun cas  
comme un médicament.*

*Pour simplifier la  
compréhension de cette  
molécule, comparons la à  
une vitamine. Le CBD a la  
capacité d'agir (via notre  
système nerveux) au  
niveau hormonal, en  
agissant sur l'homéostasie  
de notre corps, il  
accompagne l'organisme  
à produire les quantités  
d'hormones nécessaire à  
son bon fonctionnement  
(mélatonine, sérotonine,  
dopamine, etc) »*

COMBIEN DE  
TEMPS  
AVANT DE  
SENTIR LES  
BÉNÉFICES ?

CERTIFIÉ BIEN DOSÉ



The logo consists of a green circle containing a white French flag (blue, white, and red vertical stripes) at the top. Below the flag, the letters 'cb' are written in white. The circle is surrounded by a grey arc with the text 'CERTIFIÉ BIEN DOSÉ'.

dé

MERCI  
POUR  
VOTRE  
ÉCOUTE !