



A MULHER QUE TRABALHA NO BOSQUE

COSMÉTICA NATURAL E CASEIRA

FEITO POR

Joana Vitoria

CATÁLOGO DE PRODUTOS





BEM-VINDO/A

Este catálogo está feito para te ajudar a escolher os produtos mais adequados para o teu tipo de pele, consoante a estação do ano.

Nota que os ingredientes à base de plantas como os azeites herbais, podem estar sujeitos a alterações, tendo em conta a sazonalidade das plantas. Todas as plantas para as macerações são colhidas por mim de forma respeitosa para com a natureza. Apenas colho 20% a 30% máximo daquilo que encontro.

Estes produtos são feitos de forma caseira, sem nenhum tipo de conservantes químicos e os conservantes são extremamente naturais.

Os cremes de rosto e corpo por vezes - sobretudo no verão, precisam ser guardados no frigorífico, e ter sempre a tampa fechada, para não ganhar bolor, pois não levam nenhum tipo de conservantes químicos.

Os “meus” cremes são como as compotas - se ganhar bolor, cheira. Se cheirar bem, retira o bolor com um papel ligeiramente embebido em álcool, limpa o gargalo e a tampa também com álcool, deixa uns breves minutos a evaporar e em seguida podes fechar. Repara se o bom cheiro se mantém para possas continuar a usar.

Há gorduras mais sólidas como a manteiga de karité ou a manteiga de cacau, que podem ser substituídas por banha de porco ou ghee. Se tens algum preconceito com um destes ingredientes de origem animal, por favor avisa-me no momento da tua encomenda. Também uso lanolina (gordura de ovelha), e algumas pessoas sem saber são alérgicas. Se comprares um produto com lanolina, testa-o primeiro numa pequena área do teu corpo e aguardar uns 30 minutos para veres se faz reacção. Se não fizer, é seguro de usares.

Esta linha de produtos naturais não é vegan, portanto, se és vegan, terás que recorrer a outros produtos específicos.

Caso tenhas alergia a alguma planta ou ingrediente, por favor avisa-me no momento da tua encomenda.

Gratidão por escolheres os produtos de A Mulher Que Trabalha No Bosque!

Joana Vitória



A MULHER QUE TRABALHA NO BOSQUER

ROSTO & CORPO

UNGUENTOS (POMADAS) E
BÁLSAMOS

HIGIENE DENTAL

MAMÃS E BEBÉS

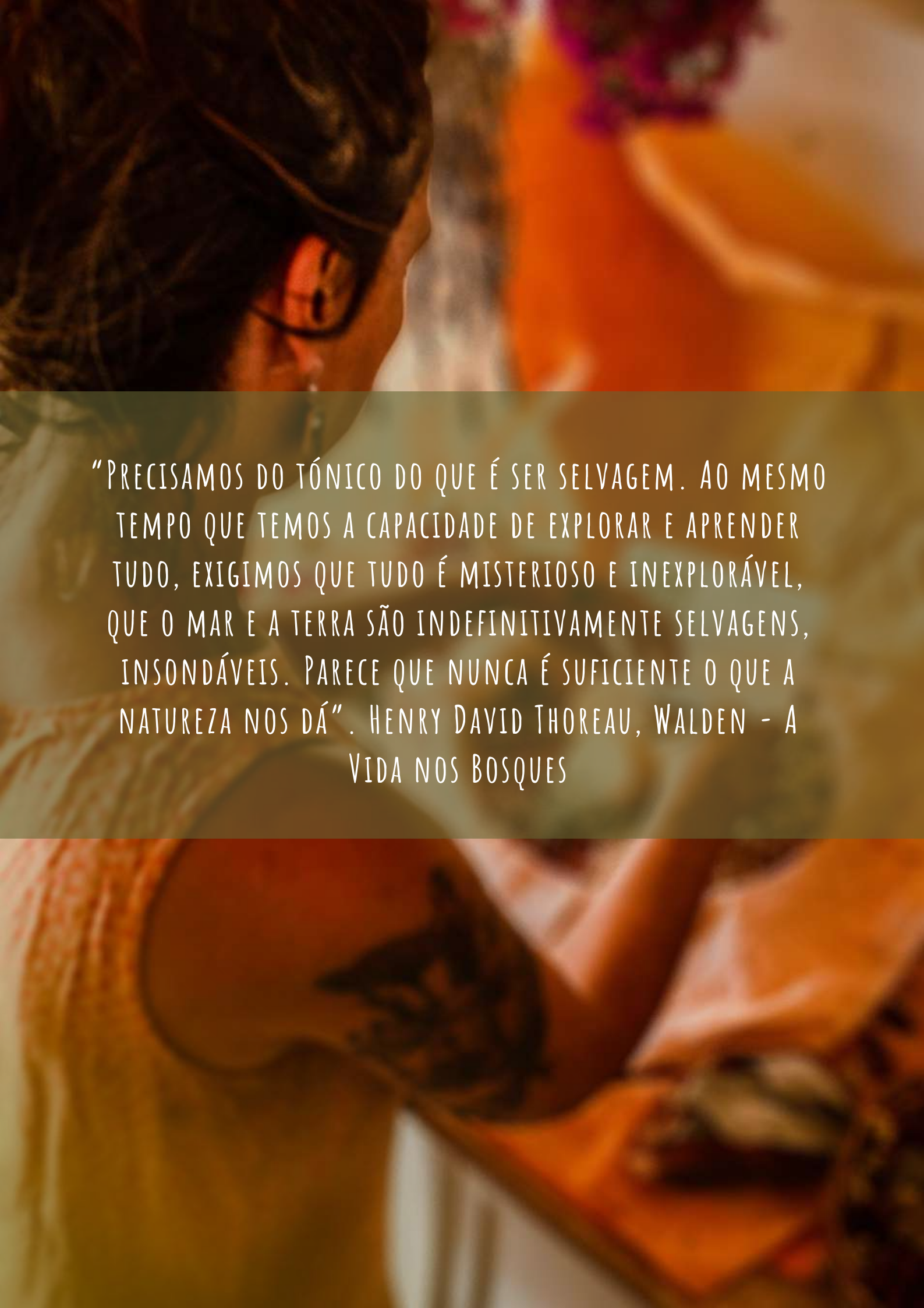
AROMATERAPIA

SABOARIA

HERBALISMO

CABAZES



A close-up, slightly blurred photograph of a person with long, dark, wavy hair and glasses, looking down at an open book. The person's face is partially visible in profile. The background is warm and out of focus, showing hints of orange and purple. The text is overlaid on the image in a white, monospace-style font.

"PRECISAMOS DO TÔNICO DO QUE É SER SELVAGEM. AO MESMO
TEMPO QUE TEMOS A CAPACIDADE DE EXPLORAR E APRENDER
TUDO, EXIGIMOS QUE TUDO É MISTERIOSO E INEXPLORÁVEL,
QUE O MAR E A TERRA SÃO INDEFINITIVAMENTE SELVAGENS,
INSONDÁVEIS. PARECE QUE NUNCA É SUFICIENTE O QUE A
NATUREZA NOS DÁ". HENRY DAVID THOREAU, WALDEN - A
VIDA NOS BOSQUES



ROSTO & CORPO



A forma como cuidas o teu rosto e corpo diz muito sobre ti. A pele é o nosso maior órgão e sendo um tecido vivo absorve tudo o que lhe colocamos, parte do que é absorvido passa para a circulação sanguínea e linfática. A pele também nos protege dos estímulos externos, e é composta por 70% de água, tal como todo o nosso corpo.

Podemos cuidar e nutrir do nosso corpo com cremes, tónicos, óleos, esfoliantes, bálsamos, pomadas, e muito mais!

Os cremes que faço à excepção dos cremes para peles oleosas, rosácea, acne e psoríase, servem tanto para o rosto como para o corpo. E porquê? Porque no rosto precisas dar uma atenção especial que o corpo não precisa. Então, podes usar o creme no corpo, e no rosto, mas antes é importante teres um ritual de limpeza e tonificação.



VIVE CADA ESTAÇÃO ENQUANTO ELAS DURAM, RESPIRA O AR,
BEBE A BEBIDA, SABOREIA A FRUTA, E DEIXA-TE LEVAR PELAS
INFLUÊNCIAS DE CADA UMA.

HENRY DAVID THOREAU



CUIDADOS DO ROSTO



ROTINA FACIAL MATINAL

1. Passar água na cara, limpando suavemente com a toalha.
2. Limpar o rosto, esfoliando suavemente com grãos de limpeza ou um sabonete neutro e suave
3. Limpar com óleo de limpeza
4. Fechar os poros com tônico facial adstringente ou hidrolato
5. Massajar com creme hidratante.
6. Vaporizar com spray com hidrolato ou adstringente (opcional)

ROTINA FACIAL DA NOITE

1. Passar água no rosto, lavar com sabonete neutro e suave, limpando suavemente com a toalha.
2. Limpar com tônico ou hidrolato
3. Limpar com óleo de limpeza
4. Massajar com creme hidratante



ÓLEOS, ESFOLIANTE & TÓNICOS



AZEITE LIMPEZA FLOR DE SABUGUEIRO

100ml | 5€

Ideal para peles secas a maduras

AZEITE DE PERPÉTUA DAS AREIAS OU ITÁLICA c/ óleo de grainha de uva 100ml | 5€

Ideal para peles oleosas



GRÃOS DE LIMPEZA

250grs | 12€

Esfoliantes faciais que podem substituir um sabonete de limpeza para o rosto também. Muito eficaz em casos de rosácea, psoríase ou pitiríase rosácea. Grãos esfoliantes disponíveis para pele normal a mista e pele oleosa.

TÓNICO FACIAL DE ESTEVA

100ml | 5€

Retira todas as impurezas que o óleo de limpeza não retirou. Ideal para peles maduras ou secas. Para pele seca a madura.



TÓNICO FACIAL DE ALFAZEMA

100ml | 5€

Spray refrescante e repelente para o verão, como spray de limpeza para o rabinho do bebé e para colocar nas toalhetas. Para pele normal a mista.

TÓNICO FACIAL CÍTRICO

100ml | 5€

Ideal para peles oleosas com folha de laranjeira ou tangerineira

CREMES HIDRATANTES



CREME GORDO ROSTO E CORPO DE CALÊNDULA

250grs | 14€

Ideal para pele normal a seca. À base de azeite de calêndula com cera de abelha, manteiga de karité, hidrolato de alfazema, entre outros.

CREME DE ROSTO PARA ACNE, ROSÁCEA, PELES OLEOSAS E PSORÍASE

250grs | 14€

Azeite de calêndula e perpétua das areias ou azeite de salva, tanchagem e morugem ou azeite de agulhas de pinheiro, entre outros. Apenas por encomenda.

CREME DE ROSTO E CORPO DE CENOURA E PERPÉTUA

250grs | 14€

Para peles normais a mistas. À base de azeite de cenoura selvagem, perpétua das areias ou perpétua itálica, entre outros



CREME GORDO ROSTO E CORPO DE FLOR DE SABUGUEIRO E ESTEVA

250grs | 14€

Ideal para pele seca ou madura. Azeite de esteva e flor de sabugueiro, cera de abelha, entre outros.



BÁLSAMO LABIAL

30grs 8€

Para todo o ano ou sazonal.

OUTROS

PROTECTOR SOLAR 140grs

factor 20 | 9€

factor 30 | 10€

factor 50 | 12€

À base de gorduras naturais. Não é à prova de água. Pode ser aplicado em todo o corpo e rosto.

MÁSCARA CABELOS SECOS

140grs | 12€

Para ser aplicada nos cabelos molhados. Depois de enxaguar bem o cabelo, deixar secar e ao fim do dia ou no dia seguinte lavar com champô e amaciador. À base de vinagre e infusão de plantas.

ANTI-MICÓTICO

30ml | 4€

Para aplicar em fungos, micoses externas, pé de atleta. Contém rosmaninho, tintura de calêndula, entre outros.

BÁLSAMO HIDRATANTE

PÓS-SOLAR

140grs | 10€

Para aplicar só à noite - pelo facto de conter azeite de hipericão que é fotossensível, que acalma os escaldões, regenera e hidrata a pele após exposição indevida ao sol.

REPELENTE EM ÓLEO

100ml | 6€

Para passar directamente no corpo antes do sol nascer, e ao pôr do sol depois do banho, caso vivas em lugares com muitas melgas e mosquitos. Há a versão sem óleo neem e com óleo neem mais repelente.

REPELENTE EM ÁLCOOL

100ml | 6€

Um spray para vaporizar no ambiente da casa, por cima dos sofás, cama, mantas ou camas dos animais, à nossa volta ou dos animais mas não directamente na pele. Harmoniza o ar e afasta as pulgas, carraças, melgas e mosquitos.





UNGUENTOS (POMADAS) E BÁLSAMOS



A história dos unguentos tem milhares de anos, muito antes dos egípcios.

Os egípcios tinham muito o hábito de usar os unguentos nos seus embalsamentos como forma de conservação. Etimologicamente a palavra unguento deriva do latim “ungens” e do verbo latim “ungere” que significa “untar”.

Um unguento é uma pomada, ou seja, é uma mistura de consistência pastosa em que uma das gorduras utilizadas está associada a uma resina, em que se usa em questões de inflamações mais profundas como hematomas, problemas articulares (para tais situações o ideal é aquecer a pomada em banho maria e aplicar).

Num bálsamo usa-se uma proporção menor de cera para a quantidade de gordura vegetal para que a consistência fique menos pastosa, e ajude a tratar questões mais ligeiras como picadas de insectos, irritação na pele, descongestionar o nariz, entre outros casos.



“CADA FAMÍLIA COM UM PEDAÇO DE TERRA DEVERIA PLANTAR
UM JARDIM MEDICINAL. IRÁ TRAZER UMA MAIOR
APROXIMAÇÃO DA NATUREZA E ISSO É SEMPRE UMA COISA BOA
PARA O SER HUMANO”
JULIETTE DE BAIRACLI LEVY



BÁLSAMOS



BÁLSAMO DE CALÊNDULA

40grs | 8€

Ajuda a tratar problemas ligeiros de pele e alergias, eczemas, irritações, picadas de insectos, fungos e micoses e queimaduras de água quente, ou creme de noite para peles normais, mistas a sensíveis.



BÁLSAMO PARA A BARBA

40grs | 8€

Actua como um protector solar natural deixando a pele do rosto mais conservada com o passar dos anos. Contém azeite de alecrim e agulhas de pinheiro, entre outros.



BÁLSAMOS



POMADA DORES MUSCULARES

40 grs | 8€

Para aliviar dores musculares, hematomas, tendinites, espasmos musculares, com uma suave massagem. Por conter hipericão que é fotossensível, não aplicar e expôr directamente ao sol.



BÁLSAMO DESCONGESTIONANTE VICK VAPOR RUB 30grs | 8€

Para descongestionar o nariz quando está muito entupido. Aplicar na parte debaixo das narinas. Contém azeite de eucalipto, alfavaz, tomilho, entre outros.

POMADA CICATRIZANTE E PARA PICADAS

40grs | 9€

Pode ser aplicada directamente sobre feridas ou cortes (previamente desinfetados e limpas) ou em picadas de insectos. Não expôr directamente ao sol depois de aplicar. Contém azeite de tanchagem, hipericão, entre outros.

BÁLSAMO AQUECEDOR DE PÉS ÚTERO 60grs | 10€

Para massajar os pés após um escalda pés ou o útero para quem sente dores ou cólicas menstruais.



DESODORIZANTES

Os desodorizantes naturais são livres de partículas de alumínio e não bloqueiam a transpiração. Estes desodorizantes estão feitos para ajudar a regular o ph da pele de forma a evitar fungos e infecções, e permitem a pele respirar e transpirar devidamente.



**DESODORIZANTE
HERBAL EM PÓ**
140grs | 8€

Aplicar com um pincel grosso da barba ou de maquilhagem (guardar especificamente para este fim). Contém argila branca em pó, amido de milho, salva, tanchagem, entre outros.



**DESODORIZANTE SÓLIDO
COM CERA DE ABELHA
(Outono/Inverno)**
100grs | 10€

Feito à base de gorduras saudáveis, que te irão hidratar, proteger e regular o ph da pele nas axilas. Contém azeite de salva, manteiga de karité*, cera de abelha, entre outros.

*Pode ser substituída por banha de porco.

DESODORIZANTE SÓLIDO (Primavera/Verão)
140grs | 12€

Feito a frio e para usar no tempo mais quente. Contém manteiga de karité ou banha de porco, azeite de salva ou alecrim, entre outros.



HIGIENE DENTAL



Há um ditado que diz que “a saúde começa na nossa boca”. Consumir produtos de higiene oral que sejam naturais e nada prejudiciais para com a terra e o nosso corpo, é um bom passo para um corpo mais saudável.



"SE SOUBESSE QUE O MUNDO SE ACABARIA AMANHÃ, EU AINDA
HOJE PLANTARIA UMA ÁRVORE."

MARTÍN LUTHER





PÓ DENTAL HERBAL ADULTO

140grs | 6€

Para quem prefere cuidar dos seus dentes à base de plantas aromáticas e medicinais, este pó herbal é o ideal. Contém argila branca, carbonato de cálcio em pó, erva cidreira, salva, entre outros.

ELIXIR BUCAL

250ml | 9€

Serve para combater o mau hálito, proteger a boca de bactérias, fungos e outros microorganismos não desejados e auxiliar em processos mais moderados a graves como infecções bucais ou periodontite. Com infusão de calêndula, malvas, hortelã pimenta, entre outros.

PÓ DENTAL PARA CRIANÇAS

40grs | 4€

O pó dental herbal para crianças não contém bicarbonato de sódio.

PASTA DE DENTES

140grs | 6€

Feita à base de argila, infusão de plantas, azeite e óleos essenciais. Contém a dosagem mínima de bicarbonato de sódio para actuar como branqueador.

PASTA DE DENTES CRIANÇA*

140grs | 6€

Igual à dos adultos, a diferença é que não contém bicarbonato de sódio por ser muito abrasivo para os dentes dos mais pequeninos (até aos 6 anos).

*Para crianças que estão habituadas às pastas de dentes mais convencionais e estão a iniciar a transição, posso fazer uma pasta um pouco diferente com goma de xantana e glicerina vegetal para dar uma consistência semelhante às das pastas convencionais.





MAMÃS E BEBÉS



A gravidez é um momento da vida cheio de mudanças. É uma revelação e como tal, ser mais natural é uma escolha sensata! Ao escolheres produtos naturais para o teu corpo durante a gravidez, o parto e pós parto, estás a contribuir para ajudares o teu corpo a lidar de forma mais harmoniosa com as suas mudanças e a contribuir para uma saúde mais natural do teu bebé. Ao longo de uma gestação o instinto de uma mulher encontra-se muito mais apurado, por isso o apelo para escolher viver uma gravidez mais saudável e plena é natural.



"O CAMINHO MAIS CLARO PARA O UNIVERSO É ATRAVÉS DE
UMA FLORESTA SELVAGEM."

CHARLES MUIR



MAMÃ



ÓLEO ANTI-ESTRIAS

100ml | 11€

As gorduras presentes neste óleo ajudam a tratar as estrias que costumam aparecer ao longo da gravidez, devolvendo a elasticidade necessária à pele.

CREME MÃE BEBÊ

250grs | 14€

As gorduras presentes neste óleo ajudam a tratar as estrias que costumam aparecer ao longo da gravidez, devolvendo a elasticidade necessária à pele.

ÓLEO PARA PERÍNEO/ LUBRIFICANTE

100 ml | 12€ a 14€

Para a massagem do períneo a partir das 34 semanas. Serve também para regenerar o períneo no pós parto e como lubrificante vaginal ou anal. Com azeite de flor de sabugueiro, óleo de grainha de uva, entre outros. Opção com cânhamo ou CBD.

ÓLEO DE FLORES DE MASSAGEM (BARRIGA E SHANTALA)

100ml | 12€

Muito rico e floral, feito numa maceração lenta de flores, junto com manteiga de cacau. É ótimo para massajar a barriga durante a gravidez, no pós parto e para o bebé depois do banho ou na massagem shantala.



MAMÃ

ÓLEO MASSAGEM COSTAS 100ml | 9€

Para aplicar no fundo das costas com movimentos circulares (zona lombar) apenas durante o trabalho de parto, quando a mulher sente muita pressão nessa zona.

RELAXA perfume para a gravidez 20/30ml | 9€

Indicado para momentos de fadiga ao longo da gravidez. Contém azeite de esteva, óleo essencial de toranja, bergamota, entre outros.

MÃE ALEGRIA perfume para o pós parto 20/30ml | 9€

Com base oleosa é muito eficaz para a mãe inalar ou aplicar no pescoço ou pulsos, para ajudar a relaxar, a combater a depressão pós parto e a elevar o estado de espírito. Com azeite de esteva, óleos essenciais de bergamota, ylang ylang e salva esclareia.

CREME PERNAS CANSADAS 140grs | 13€

Para aliviar a retenção de líquidos comum na gravidez. Deve ser guardado no frigorífico para uma melhor eficácia. Com hidrolato de alecrim e alfavema, azeite de hipericão, azeite de tanchagem, entre outros.

DA CALMA perfume para o trabalho de parto 20/30ml | 9€

Para aliviar a retenção de líquidos comum na gravidez. Deve ser guardado no frigorífico para uma melhor eficácia. Com hidrolato de alecrim e alfavema, azeite de hipericão, azeite de tanchagem, entre outros.

BÁLSAMO DE CALÊNDULA PARA AMAMENTAÇÃO 60 grs | 10€

Muito eficaz durante a amamentação pois costuma ser usado em casos de mamas ingurgitadas, mastites e mamilos gretados. Para efeitos mais rápidos, usar o bálsamo com lanolina. Com azeite de flores de calêndula, cera de abelha, entre outros.



BEBÉS



SUAVE DE CALÊNDULA,
ALFAZEMA, ROSMANINHO,
FLOR DE SABUGUEIRO
cada barra 8€

Os Suaves Herbais são barras de loção para a pele do recém nascido ou bebé, que penetram mais profundamente na pele. Aplica-se depois do banho com uma suave massagem. Também pode ser usado por adultos com peles sensíveis ou secas, sobretudo no outono inverno. Costumo fazê-las com plantas relaxantes, anti-inflamatórias ou antibacterianas.

BÁLSAMO MUDA FRALDAS 140grs | 14€

Para os rabinhos assados dos bebés. À base de macerações de plantas com óxido de zinco sem nano partículas. Também pode ser aplicada para tratar queimaduras de água quente. Contém calêndula, hipericão, tanchagem, entre outros.



BEBÉS

A limpeza do bebe é capaz de ser uma das rotinas menos sustentáveis nos primeiros meses de vida de um bebe. Sabias que um bebe pode usar cerca de 5000 toalhitas por vida? As toalhitas convencionais estão cheias de químicos e branqueadores que são muito poluentes para o ambiente, além de serem descartáveis. Mesmo as toalhitas ditas biodegradáveis não são a solução ideal. Há entrevistas que comprovam que 90% dos pais lê os rótulos dos ingredientes que contém alimentos mas não leem os rótulos dos produtos de limpeza para os seus bebés.

Os sprays e loções/leites de limpeza para os bebés precisam estar feitos para uma pele muito delicada. Qualquer uma destas receitas podes usar seja no rosto, no corpo ou no rabinho do bebé, para remover as impurezas e prevenir a hipersensibilidade reactiva que por vezes os bebés desenvolvem quando não conseguem manter bons níveis de hidratação.



O MELHOR LEITE DE LIMPEZA DO MUNDO

250 grs | 14€

Este é um leite de limpeza para aqueles bebés que tenham a pele mais sensível. Caso o teu bebé faça muitas assaduras posso acrescentar óxido de zinco neste creme. Este leite de limpeza do mundo pode substituir o bálsamo muda fraldas, por isso o chamo de “o melhor leite de limpeza do mundo”.



DOCE CAMOMILA

100ml | 14€

Este é um leite de limpeza muito calmante para colocares nas toalhitas ou directamente no rabinho do teu bebé.

LEITE DE LIMPEZA DE CALÊNDULA

250 grs | 14€

Este é um leite de limpeza muito natural e hidratante para o rabinho do teu bebé. Com óleo de grainha de uva, azeite de calêndula, hidrolato de alfazema, entre outros.

DOCE ALFAZEMA

100ml | 8€

Esta loção de limpeza serve para limpar o rosto do bebé e ao mesmo tempo hidratar a sua pele.



SUAVE FLOR DE LARANJEIRA

100ml | 4€

Esta é uma loção muito simples e refrescante para a pele do rosto do bebé. Ajuda a relaxar o bebé e pode ser aplicada na barriga para as cólicas. Também um pouco do hidrolato pode ser vertido no banho para relaxar.



PÓ TALCO NATURAL

9€

À base de plantas, argila e farinha é o pó mais natural para cuidar do rabinho do bebé. Para a crosta láctea, usar o mesmo pó misturado com óxido de zinco em pó e óleo essencial de tea tree. Encomenda feita à parte.





AROMATERAPIA



A palavra perfume vem do latim “per” e “fumus” o que significa “através do fumo”. O perfume foi inventado com objectivos distintos que até hoje permanecem, outros caíram em desuso... Criou-se o perfume para conferir um aroma agradável aos espaços interiores, ao corpo, para afugentar demónios e enviar orações aos deuses. Conta a história que foram os egípcios, povo extremamente dedicado à beleza e à estética que criaram os primeiros perfumes. Os perfumes podem ser de base oleosa, aquosa ou alcoólica e podemos juntar óleos essenciais que no fundo reflectem a alma da planta, macerados por um longo período de tempo numa base oleosa ou alcoólica e que se tornam em perfumes líquidos ou podemos fazer perfumes sólidos com cera de abelha, uma gordura vegetal e óleos essenciais.



VIVE CADA ESTAÇÃO ENQUANTO ELAS DURAM, RESPIRA O AR,
BEBE A BEBIDA, SABOREIA A FRUTA, E DEIXA-TE LEVAR PELAS
INFLUÊNCIAS DE CADA UMA.

HENRY DAVID THOREAU



PERFUME EM ÓLEO

SERENA

20ml | 9€

Azeite de esteva, óleo essencial de salva esclareia, patchouli, ylang ylang e laranja doce

BOM DIA ALEGRIA

20ml | 9€

Azeite de esteva, óleo essencial de neroli, gerânio rosa, funcho e lima

FELIZ INVERNO

20ml | 9€

Azeite de esteva, óleo essencial de limão, tangerina, laranja doce e esteva

PERFUME EM ÁLCOOL

DO CAMPO

20ml | 9€

Tintura de rosmaninho, hidrolato de rosmaninho, óleo essencial de rosmaninho, perpétua das areias, alecrim e esteva.

ESTEVINHA

20ml | 9€

Tintura de esteva, hidrolato de esteva, óleo essencial de rosmaninho e esteva.

FLORAL

20ml | 9€

Tintura de esteva, óleo essencial de camomila, bergamota, alfazema e gerânio rosa

PERFUMES SÓLIDOS

REVIGORANTE

30grs | 10€

Azeite de esteva, cera de abelha, óleo essencial de tomilho bela luz, toranja + alecrim e esteva.

REFRESCANTE

30grs | 10€

Azeite de esteva, óleo de grainha de uva, cera de abelha, óleo essencial de laranja doce, limão, lima, hortelã pimenta, erva príncipe ou lúcia lima e esteva

AQUECE O CORAÇÃO

30grs | 10€

Azeite de esteva, óleo de grainha de uva, cera de abelha, óleo essencial de gerânio, alfazema + folha de canela e esteva.



SABOARIA



O processo alquímico de obter sabão é uma das reacções químicas mais antigas que existem. Há várias teorias sobre a origem do sabão, umas dizem que entre as mulheres que lavavam as roupas nos rios e esfregavam as suas roupas à beira do rio, onde havia uma planta que fazia espuma - conhecida pela saponária, dos quais as saponinas são nutrientes essenciais que conferem a saponificação. Uma das evidências mais antiga vem dos babilônios, por volta de 2800 a.C. Numa escavação da antiga cidade da Mesopotâmia descobriu-se uma substância semelhante ao sabão dentro de cilindros de argila. Nesses cilindros também encontrou-se uma “receita” inscrita com a indicação da fervura de gorduras e cinzas para criar essa substância. O sabão ajudou imenso no processo de conscientização do bem estar pessoal através do ritual diário de higiene, do banho. A saboaria é um dos ofícios que mais prazer me dá em criar. . Espero que alguma destas criações sejam da tua curiosidade e agrado.



MANHÃ DE INVERNO | 5€

Muito rico em gorduras animais (vaca, porco e ovelha). O hipericão é um potente anti inflamatório, antiviral e anti bacteriano, enquanto que a perpétua itálica conhecida pelos seus benefícios para a pele, revigora a aparência da mesma.

CHAMPÔ SÓLIDO



CITRINO DOCE
5€

Para cabelos oleosos. A laranja actua como desengordurante, além de aportar acção anti-oxidante e vitamina C, reduz a queda do cabelo, promove o crescimento activo do cabelo, reduz a caspa e acalma o couro cabeludo.



SIMPLES CALMA
6€

Sabonete e champô cabelos e peles normais. A calêndula é uma das melhores aliadas para a pele e a alfazema tem o poder de acalmar e relaxar. Contém cera de abelha, alfazema, mel, entre outros.



DA MONTANHA
6€

Limpa o cabelo das impurezas enquanto os óleos essenciais conferem uma sensação de frescura. Indicado para cabelos finos, normais, oleosos e com caspa. Com azeite de agulhas de pinheiro do oregon, óleo de côco, zimbro, entre outros.



VERDE CALMANTE
5€

Indicado para cabelos oleosos, com caspa ou couro cabeludo irritado. A urtiga roxa morta potencia o fortalecimento do cabelo. A salva ajuda a retirar a oleosidade e seca o couro cabeludo.



OUTONO/ INVERNO



**ZIMBRO
C/ LARANJA | 6€**

Ideal para peles oleosas e irritações na pele. Com bagas de zimbro, casca de laranja, entre outros. Este sabonete tem uma energia muito terra devido ao zimbro e ao patchouli. O zimbro tem acção antioxidante, antimicrobiana e calmante.



**FRESCO
PINHAL | 6€**

Este sabonete e champô, bem versátil, limpa a pele e o cabelo das impurezas. Os óleos essenciais conferem uma sensação de frescura. As agulhas de pinheiro de oregon têm propriedades antioxidantes e anti-inflamatórias. Para cabelos finos, normais, oleosos e caspa



**DO LENHADOR |
7€**

Um sabonete e champô de aroma muito “terreno”. Feito com aromas de outono, quentes, enraizantes, em que as plantas em pó dão-lhe uma cor muito própria. É enriquecido com gordura animal, para hidratar a pele que tende a secar mais no outono e inverno.



**A FORÇA DE
SANSÃO | 7€**

Champô fortificante de cabelo feito à base de alecrim, cavalinha e amla. Indicado para cabelos finos ou queda de cabelo, até mesmo em casos de início de alopecia.



**À MODA ANTIGA |
6€**

Os primeiros sabonetes eram feitos com gordura animal, com aproveitamento da gordura de animais criados para a alimentação. Este sabonete tem a tripla função de suavizar a pele, lavar o cabelo e suavizar como um perfeito amaciador.

PRIMAVERA / VERÃO



FLORA DOCE 5€

Para peles normais a sensíveis. As flores utilizadas neste sabonete conferem uma acção calmante, anti-inflamatória, antibacteriana e antifúngica. A riqueza das gorduras nutrem e protegem a pele.



COMO ÁGUA PARA CHOCOLATE 6€

Para peles normais e delicadas. A calêndula é uma das melhores plantas para a pele, com acção suavizante, calmante e anti-inflamatória. O cacau dá hidratação e suavidade, além de ser antioxidante.



SOL DE PRIMAVERA 5€

Indicado para peles mais secas, pois a aveia é muito hidratante. Tem ainda uma rica composição em minerais desde a argila, sementes de girassol e flores em pó. É um óptimo champô também.

DOCE CALÊNDULA 5€

Sabonete e/ou amaciador para peles delicadas, secas e sensíveis. A calêndula é uma das melhores plantas para a pele. Tem acção suavizante, calmante, anti-inflamatória. Com azeite de calêndula, ghee, óleo de grainha de uva, óleo de rícino, entre outros.

FLOR DE ALFAZEMA BEBÉS 5€

Sabonete sem detergentes, indicado para a pele dos recém-nascidos e bebés. Também pode ser usado para lavar o rosto ou as zonas mais íntimas, sendo muito suave e gentil. Com azeite e infusão de alfazema e NAOH.

DOCE SOL BEBÉS 4€

Para bebés a partir dos 9 meses ou para adultos com psoríase, eczemas, urticária. Contém perpetua das areias, cenoura selvagem, calêndula, entre outros.

VERDE CARVÃO | 5€

Indicado para peles muito sensíveis. O amor-de-hortelão é uma das melhores plantas para auxiliar problemas crónicos de pele como acne, psoríase e eczemas. Tem uma natureza refrescante o que acalma as inflamações.

LAR

DA LOIÇA

1,50€/ 2€ com esfregão de sisal em croché

Feito a partir de óleo vegetal usado, recolhido em restaurantes e filtrado por mim. É uma forma de evitar o desperdício dos óleos alimentares. O limão actua como desengordurante. Existe também a versão aromática deste detergente sólido, quando o óleo usado é macerado em cravinho, anis, casca de citrinos e alecrim. Na tua encomenda refere se desejas a versão normal ou a versão aromática.



DA LOIÇA LÍQUIDO

A granel 500ml | 5€

2€ com esfregão de sisal em croché

Este detergente da loiça é líquido, feito com óleo usado e infusão de ervas aromáticas ou casca de citrinos.

DETERGENTE CÔCO PARA A ROUPA 5€

Este detergente da loiça é líquido, feito com óleo usado e infusão de ervas aromáticas ou casca de citrinos.





HERBALISMO



O herbalismo refere-se ao estudo das propriedades medicinais das plantas, dentro de uma prática medicinal folclórica e tradicional, com o objectivo de tratar doenças e restaurar o equilíbrio no corpo físico. Através do uso das plantas podemos aliviar muitos incómodos no nosso corpo. O poder curativo de uma planta reside também no seu espírito. Que tenhas uma linda descoberta no mundo das plantas com estes produtos herbais!



INVISTA EM LAGOS E CHARCOS. "A PRESENÇA DA
ÁGUA, TRADUZIDA NA SUA SERENIDADE ESTÉTICA,
CONFERE UM MOVIMENTO RITMADO E UMA
DINÂMICA MUSICAL AO JARDIM"
GONÇALO RIBEIRO TELLES



TINTURAS

Define-se por tinturas alcoólicas quando uma planta é mantida por um determinado período de tempo em álcool comestível - aguardente, vodka, brandy ou gin ou álcool alimentar.

TINTURA DE ARTEMÍSIA

100ml | 12€

Pode ser usada internamente para tratar desordens do fígado e estômago, cólicas, diarreia, parasitas intestinais, gripes, para estimular a menstruação, tonificar o útero, acalmar o sistema nervoso, reduzir insónias e tremores. Só para adultos.

TINTURA DE CONSOLIDA

50ml | 9€

APENAS PARA USO EXTERNO. Ajuda na cicatrização do períneo - combinada com a tintura de calêndula pode ajudar mais eficazmente na regeneração do períneo ou fissuras vaginais. A consolida tem efeito analgésico, regenerador, cicatrizante, anti inflamatório e anti séptico. É uma das tinturas a ter na caixa de primeiros socorros.

TINTURA DE TANCHAGEM

a enfermeira dos caminhos

100ml | 9€

Contém um alto teor de mucilagem o que ajuda a suavizar e a acalmar as mucosas intestinais. Ideal para a síndrome. Pode ainda ser usada como antídoto para picada de alguns insectos venenosos como o escorpião, cobras (não funciona para a víbora), escolopendra, abelhas, vespas. Ideal para a caixa de primeiros socorros.

TINTURA DE BOLSA DE

PASTOR - a erva das parteiras

100ml | 9€

Com características hemostáticas e hemorrágicas - estanca hemorragias. Sendo assim muito útil para evitar o sangramento no pós-parto ou num pós-operatório. Pode ser tomada durante a amamentação.

TINTURA DE MILEFÓLIO

100ml | 12€

Internamente a tintura de milefólio pode ser muito útil em gripes, para baixar a febre, aliviar a congestão nasal e respiratória, constipações, dores menstruais e stress intestinal. Externamente serve para desinfectar feridas ou aplicar directamente em hemorragias ou sangramentos.

TINTURA DE PILRITEIRO

força do coração

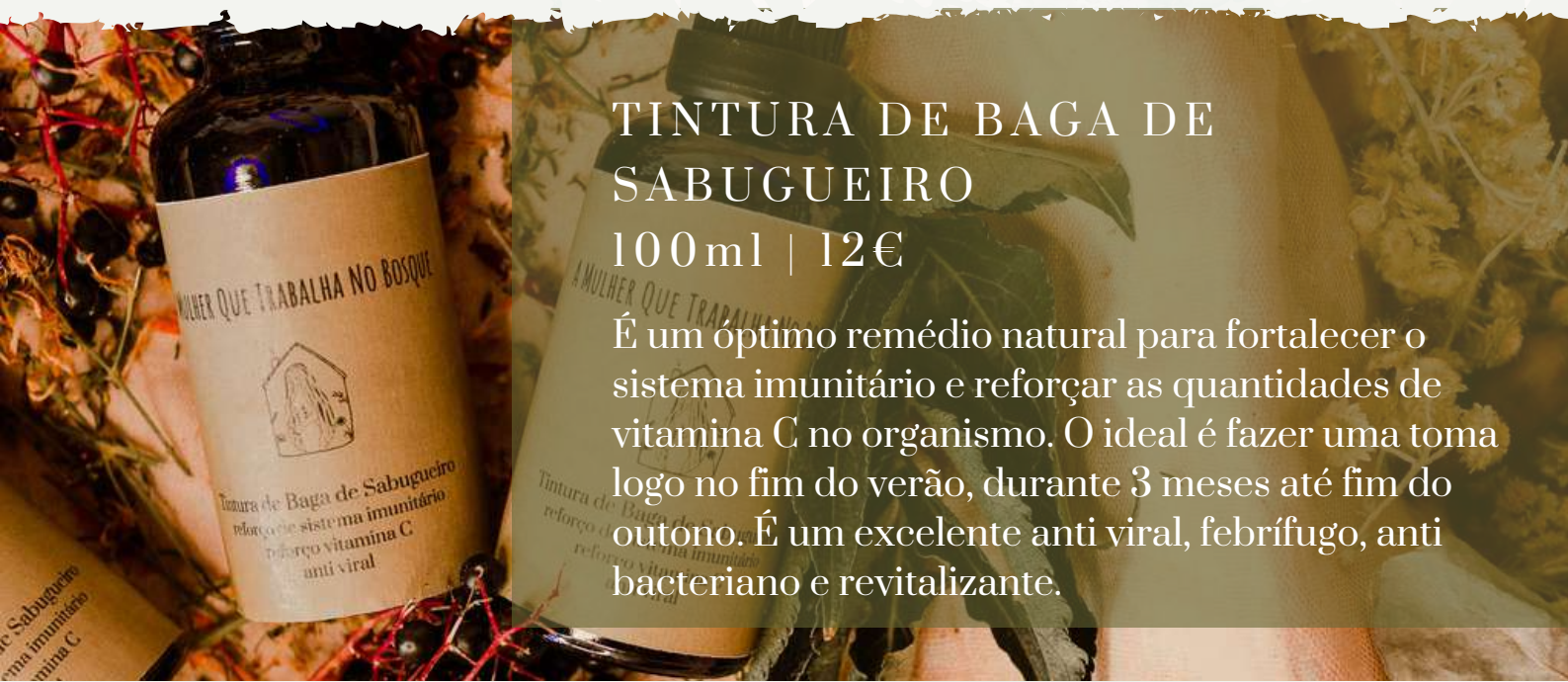
100ml | 12€

Um remédio natural para o coração, oferecendo oxigénio ao sangue, aumentando a circulação sanguínea, fortalecendo as artérias, contribuindo para a fluidez do sangue, reduzindo o colesterol e aumentando a clareza e memória

TINTURA DE BAGA DE SABUGUEIRO

100ml | 12€

É um óptimo remédio natural para fortalecer o sistema imunitário e reforçar as quantidades de vitamina C no organismo. O ideal é fazer uma toma logo no fim do verão, durante 3 meses até fim do outono. É um excelente anti viral, febrífugo, anti bacteriano e revitalizante.



TINTURAS

TINTURA DE ALECRIM

100ml | 9€

Ótima para fortalecer a memória - há estudos que revelam a sua eficácia contra o Alzheimer, o foco, a concentração e a clareza mental. Também actua como fortalecedora do cabelo. Tem ainda acção antibacteriana e anti-inflamatória, sobretudo em caso de artrites. Não usar durante a gravidez.

TINTURA DE AGULHAS DE PINHEIRO

100ml | 12€

Um ótimo expectorante para tosses e ajuda a aliviar a congestão respiratória. Bom para gargantas secas. Auxilia na clareza mental, ajuda a baixar a pressão arterial alta e é benéfica na depressão.

TINTURA DE HIPERICÃO

100ml | 15€

Auxilia desequilíbrios no fígado (hepato estimulante), é antidepressiva (para depressões ligeiras), auxilia na Síndrome de Déficit Sazonal e é anti viral, fortalecendo o sistema imunitário. O hipericão interfere com medicamentos. Consultar um profissional de saúde alternativa adequado antes da toma desta tintura.

TINTURA DE TÍLIA

100ml | 12€

Um excelente ansiolítico, calmante do sistema nervoso, hipotensivo, vasodilatador, anti inflamatório e por ser rica em mucilagem ajuda a acalmar os tecidos. Alivia a tosse e a ansiedade - Para casos de maior ansiedade é melhor pedir uma tintura personalizada combinada com outras plantas.

TINTURA DE CALÊNDULA MAMÃS

100ml | 9€

Suporta o sistema linfático e imunitário, sendo uma excelente tintura para o outono inverno. Regula o sistema hormonal, auxilia o fígado, sistema digestivo e promove o bem estar da pele. Ajuda a tratar quistos mamários, problemas no sistema reprodutor feminino e veias varicosas, tomada internamente.



PÓ QUE SALVA

15grs | 4€

Serve para aplicar directamente sobre feridas com sangramentos ligeiros, como cortes e feridas. As propriedades das plantas desinfectam, protegem, cicatrizam e estancam a área afectada. Uso externo.



MOLDES DE SABOARIA EM MADEIRA por PlenaMateria 22€

São o modelo ideal para fazeres os teus sabonetes ou champôs sólidos! Não é necessário cortador, o corte dos sabonetes podem ser feitos com uma boa faca. A madeira é dos materiais que melhor conserva os sabonetes, proporciona uma boa saponificação, tal como o bom isolamento da tampa.



MANTAS CORAÇÃO DE ALFAZEMA

54€ - 81€

Feita à mão em crochet. Para aconchegar o bebé, no seu descanso, a dormir, durante a amamentação. No centro tem um coração com sementes de alfazema, para relaxar a mãe e o bebé.



AVENTAL DE COLHEITA

27€ - 39€

Aventais de colheita em algodão orgânico, restos de tecidos de algodão antigos e pano cru. Ideias para a colheita de fruta, avelãs, nozes, amêndoas e flores! Tem uma fita reguladora que dá para colocar à volta do pescoço para ter as duas mãos livres para uma melhor colheita. Os tingimentos são todos com plantas e saem sempre diferentes. O tamanho é único para adulto.

SPRAY REPELENTE CASA

100ml | 6€

Para vaporizar no ambiente da casa, por cima dos sofás, cama, mantas ou camas dos animais, à nossa volta ou dos animais mas não directamente na pele. Não só harmoniza o ar como afasta as pulgas, carraças, melgas e mosquitos.

CONSIDERO A CASA COMO O NOSSO SEGUNDO TEMPLO SAGRADO, DEPOIS DO NOSSO CORPO. CRIEI ALGUNS PRODUTOS AROMÁTICOS PARA LIMPAR E HARMONIZAR A CASA. "UMA CASA SAUDÁVEL ALBERGA HABITANTES SAUDÁVEIS!"

SOFIA BATALHA



FLORAIS



FLORAL DE MILEFÓLIO
20ML | 7€

Ideal para terapeutas e para pessoas que são sensíveis às ondas electromagnéticas das redes wi fi ou outras. O milefólio carrega o espírito do guerreiro, bom para aquelas pessoas que em algum momento estejam a precisar de uma energia mais activa em momentos difíceis.



FLORAL DE BORRAGEM
a suave alegria
20ml | 6€

Ideal para levantar o espírito, para momentos em que sentimos o coração pesado e com falta de confiança.



FLORAL DE HIPERICÃO
20ML | 8€

Oferece-nos a possibilidade de resgatarmos a nossa luz, o nosso sol interior em tempos de escuridão. Por isso, é um bom floral para o outono, inverno. Sobretudo para aquelas pessoas com tendência a melancolia, angústia, ansiedade e para quem tem pesadelos.



FLORAL DE AMEIXA VERMELHA
útero em flor
20ml | 8€

Indicado para quem precisa de um processo de cura no seu sistema reprodutor - feminino ou masculino, ou seja, ao nível do segundo chakra. Indicado sobretudo para mulheres que querem engravidar perante algumas dificuldades.





CABAZES



Os cabazes são uma forma mais económica e atenciosa para cuidares de ti ou como um presente que podes oferecer a alguém que gostes muito. As vantagens de uma cabaz é que a pessoa pode aprender a cuidar de si de uma forma mais detalhada.



Mãe



A MULHER QUE TRABALHA NO BOSQUE

Mãe - Bebe

A MULHER QUE TRABALHA NO BOSQUE

Pomada de...

outono inverno



CABAZ MATERNAR

7 produtos | 54€

Este cabaz inclui produtos para a mãe e para fortalecer o vínculo com o pai e o bebé deles. Através de massagens e um natural e bonito autocuidado ao corpo da mãe.



O ESTOJO DO BEBÉ

7 produtos | 63€

O cuidado ao bebé deve ser simples, económico e o mais natural possível, com produtos que são importantes para a nutrição e hidratação da sua pele delicada, assim como para o relaxamento físico. Para isso criei o Estojo do Bebê para cuidares do teu bebé de forma mais natural possível.



CABAZ PRIMEIROS SOCORROS

7 produtos | 45€

Este é um conjunto de produtos que todas as casas e escolas deveriam ter.



CABAZ NUTRIR E CUIDAR DE TI NO VERÃO

6 produtos | 54€

Com este cabaz consegues iniciar um autocuidado natural à pele do teu corpo e rosto, consoante o teu tipo de pele, ao longo do verão, com plantas nutritoras e para protegerem do sol.

CABAZ NUTRIR E CUIDAR DE TI NO OUTONO/ INVERNO

7 produtos | 54€

Com este cabaz consegues iniciar um autocuidado natural à pele do teu corpo e rosto, consoante o teu tipo de pele, ao longo da estação mais fria, com plantas e gorduras mais hidratantes.

CABAZ NUTRIR E CUIDAR DE TI

Viver com as estações do ano

5 produtos | 45€

Com este cabaz consegues iniciar um autocuidado natural à pele do teu corpo e rosto, consoante o teu tipo de pele, ao longo da primavera.



Obrigada

Para encomendas e informações:

www.amulherquetrabalhanobosque.com

info@amulherquetrabalhanobosque.com

Fotografia: Phoenix Photography by Inês Lopes

