



PRIMAVERA®

WEB-Seminar für alle
„Konzentration & Motivation für Homeoffice & Homeschooling“
Maria M. Kettenring

REZEPTSAMMLUNG

Seite 1 von 4



1. „Konzentrationsschub“
Riechsalz zur Förderung von Konzentration

5° **Zitrone bio**
2° **Lemongrass bio**
1° **Zeder bio**

In ein leeres Schraubglas träufeln und das Glas deren um die Wände des Glases zu benetzen. Mit 2 EL Himalaya- Stein- oder Meersalz mischen. Das Glas schließen und kräftig schütteln bis die Salzkristalle gut getränkt sind.

2. "Geistige Frische und Balance"

30 ml Braunglas Sprühflasche
10 ml Bio Alkohol
20 ml **Orangenblütenwasser bio / Hamameliswasser bio**
10° **Zitrone bio**
10° **Orange bio**
5° **Grapefruit bio**

Öle in den Alkohol träufeln und mit dem Orangenblüten-, Hamameliswasser (oder destilliertem Wasser) auffüllen. Den Raum zuvor kräftig lüften und danach mehrmals sprühen.

3. „Orangenwohl“
Mischung für die Duftlampe

5° **Orange bio**
3° **Grapefruit bio**
1° **Zeder bio**

PRIMAVERA LIFE GmbH · 100 % NATURREINE ÄTHERISCHE ÖLE · BIO- & NATURKOSMETIK · WOHLFÜHLPRODUKTE

Naturparadies 1
D-87466 Oy-Mittelberg
www.primaveralife.com

Tel + 49 8366 8988-0
Fax +49 8366 8988-4099
info@primaveralife.com

Geschäftsführung: Martin Frevert, Kurt Ludwig Nübling
Registergericht Kempten HRB 3510
USt.-Id. Nr. DE 128 797 246





PRIMAVERA®

WEB-Seminar für alle
„Konzentration & Motivation für Homeoffice & Homeschooling“
Maria M. Kettenring

REZEPTSAMMLUNG

Seite 2 von 4



4. „Motivationskick“
Schüttelemlusion

- 50 ml Braunglas Sprühflasche
- 25 ml **Mandelöl bio**
- 10° **Mandarine rot bio**
- 5° **Orange bio**
- 4° **Zeder bio** oder **Benzoe Siam bio**

Nach dem Einträufeln schütteln und danach 25 ml **Orangenblüten-** oder **Rosenwasser bio** dazu geben kräftig schütteln und danach die Schüttelemlusion auf die gewünschten Partien aufsprühen, z.B. Unterarme, Solarplexus, Bauch, Beine und Fußsohlen.

5. „Gute Luft“
Raumspray erfrischt Büro und Arbeitsräume

- 20 ml Bio Alkohol
- 25° **Lemongrass bio**
- 15° **Lavandin demeter**

Nach dem Einträufeln schütteln und danach 30 ml **Orangenblütenwasser** oder destilliertes Wasser hinzufügen und nochmals schütteln und vor der jeweiligen Anwendung ebenfalls.

6. „Belebende Arbeitsatmosphäre“
Mischung für die Duftlampe

- 5° **Lavandin demeter**
- 3° **Grapefruit bio**
- 1° **Zitrone bio**

PRIMAVERA LIFE GmbH · 100 % NATURREINE ÄTHERISCHE ÖLE · BIO- & NATURKOSMETIK · WOHLFÜHLPRODUKTE

Naturparadies 1
D-87466 Oy-Mittelberg
www.primaveralife.com

Tel + 49 8366 8988-0
Fax +49 8366 8988-4099
info@primaveralife.com

Geschäftsführung: Martin Frevert, Kurt Ludwig Nübling
Registergericht Kempten HRB 3510
USt.-Id. Nr. DE 128 797 246





PRIMAVERA®

WEB-Seminar für alle
„Konzentration & Motivation für Homeoffice & Homeschooling“
Maria M. Kettenring

REZEPTSAMMLUNG

Seite 3 von 4



7. „Willensstark“
für Duftlampe, Duftbrunnen, Aromavernebler

2° **Lorbeerblätter bio**

3° **Lemongrass bio**

2° **Zitrone bio**

8. „Stärkungsmischung“
für Duftlampe, Aroma-Streamer und Duftvlies

5° **Zirbelkiefer bio**

2° **Zitrone bio**

1° **Zeder bio**

9. „Waldspaziergang“
Sniff Stick - Inhalierstift für die Handtasche

5° **Lärche bio**

3° **Grapefruit bio**

2° **Douglasfichte bio**

10. „SOS Spray - Walderfrischung“

30 ml **SOS Spray bio**

8° **Lärche bio**

8° **Zitrone bio**

Mischen und als Duftnebel einsetzen

PRIMAVERA LIFE GmbH · 100 % NATURREINE ÄTHERISCHE ÖLE · BIO- & NATURKOSMETIK · WOHLFÜHLPRODUKTE

Naturparadies 1
D-87466 Oy-Mittelberg
www.primaveralife.com

Tel + 49 8366 8988-0
Fax +49 8366 8988-4099
info@primaveralife.com

Geschäftsführung: Martin Frevert, Kurt Ludwig Nübling
Registergericht Kempten HRB 3510
USt.-Id. Nr. DE 128 797 246





PRIMAVERA®

WEB-Seminar für alle
„Konzentration & Motivation für Homeoffice & Homeschooling“
Maria M. Kettenring

REZEPTSAMMLUNG

Seite 4 von 4

11. Duftnebel für Kinder

- 30 ml **SOS Spray bio**
- 5° **Mandarine rot bio**
- 1° **Douglasfichte bio**

Mischen und als Duftnebel einsetzen



12. Mutsteine und Lernbilder

- 5° Ätherisches Öl
- 1° **Mandarine rot bio** (kann die Mischung ergänzt werden)

Aroma Vernebler Funny Friends mit Düften der Mischungen Leichter Lernen oder Drachenmut aktivieren. Bei unruhigen Kindern und bewegungsaktivierten Kindern ist Mandarine rot gut geeignet, sie beruhigt und stärkt das Vertrauen der Kinder.

**Dir fehlt noch das ein oder andere Öl?
Alle Öle sind bereits zu unserem Online-Shop verlinkt.**

* 1° = 1 Tropfen

PRIMAVERA LIFE GmbH · 100 % NATURREINE ÄTHERISCHE ÖLE · BIO- & NATURKOSMETIK · WOHLFÜHLPRODUKTE

Naturparadies 1
D-87466 Oy-Mittelberg
www.primaveralife.com

Tel + 49 8366 8988-0
Fax +49 8366 8988-4099
info@primaveralife.com

Geschäftsführung: Martin Frevert, Kurt Ludwig Nübling
Registergericht Kempten HRB 3510
USt.-Id. Nr. DE 128 797 246

