



PRIMAVERA®

Webseminar für alle
„Pfleger Angehörige“
Victoria Lacher

REZEPTSAMMLUNG

Seite 1 von 2



1. Handmassageöl „Sonne für die Seele“

30 ml	Aprikosenkernöl bio
2 °	Orange bio
1 °	Lavendel fein bio
1 °	Petit Grain bio

1 TL große Menge an Öl in die eigenen Handflächen geben, auf den Handinnenflächen verteilen und damit die Hand des zu Pflegenden wohligh einmassieren.

2. Stressfrei-Spray

15 ml	Wodka
15 ml	Orangenblütenwasser bio
15 °	Orange bio
8 °	Ho-Blätter
5 °	Palmarosa bio

Wodka in ein 30-ml-Sprühfläschchen füllen und die ätherischen Öle einträufeln. Mit Orangenblütenwasser auffüllen und vor jeder Anwendung schütteln. Bei Bedarf in die Luft vor dem Gesicht oder auf das Dekolleté sprühen.
(Rezept aus dem **Buch „Zitrusdüfte“** von Anusati Thumm & Maria Kettenring)

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®

Webseminar für alle
„Pflegerische Angehörige“
Victoria Lacher

REZEPTSAMMLUNG

Seite 2 von 2



3. Entspannendes Aromabad

20 °	Lavendel fein bio
10 °	Orange bio
200 g	feines Meersalz optional Lavendelblüten

Wirkt beruhigend und ausgleichend. Ätherische Öle in ein schönes Schraubglas geben, schließen und schwenken. Meersalz einstreuen und schütteln. Eingemischte Lavendelblüten verleihen der Mischung einen besonderen Zauber.

4. „Happiness“ Raumduft zur Speichelanregung

5 °	Orange bio
2 °	Bergamotte bio
4 °	Grapefruit bio

Ätherische Öle direkt in die **Duftlampe, den Vernebler oder auf einen Duftstein** tropfen und den wohltuenden fruchtig-spritzigen Geruch in der Raumluft einatmen.

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

