



PRIMAVERA®

Webseminar für alle  
„Die Welt der Kinderdüfte“  
Yvonne Bareiß

REZEPTSAMMLUNG

Seite 1 von 5



## 1. Duftmemory

Jeweils 2 Duftvliese mit demselben Duft beträufeln. Insgesamt 10 Duftpaare (also 20 Kärtchen oder Vliese) vorbereiten und dann gut vermischen. Die Spieler müssen die identischen (zusammengehörigen) Düfte ermitteln und dürfen anschließend auch noch raten, um welche Düfte oder Duftgruppen es sich handelt.

Weitere Ideen:

Schnuppersuche

Duftkiste/ duftende Schatzkiste

Dufträtsel

## 2. Duftknete „Ratz-Fatz“ (von Maria von Känel)

1 Tasse	Wasser
1 Prise	Salz
5 °	ätherisches Öl (z. B. <b>Lavendel fein bio</b> , <b>Orange bio</b> , <b>Mandarine bio</b> )
2 Tassen	Mehl (es eignen sich alle Getreidesorten, die Gluten enthalten)
1 EL	Kokosfett bio

Mit 2 Tassen kochendem Wasser aufgießen, schnell mit dem Rührgerät verkneten, je nach Konsistenz noch etwas Mehl oder Wasser zugeben und abkühlen lassen. Dieser Salzteig kann wahlweise auch noch eingefärbt (z. B. mit Kurkumapulver, Rote Bete, etc.) werden und lässt sich auch trocknen. Aufheben lässt sich die Knete leider nicht, daher lieber nur kleine Mengen machen.

---

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  
„Die Welt der Kinderdüfte“  
Yvonne Bareiß

REZEPTSAMMLUNG

Seite 2 von 5



3. Befreiend bei Erkältung (ab 3 Jahren)

50 ml	<b>Mandelöl bio</b>
2 °	<b>Fichtennadeln sibirisch</b>
3 °	<b>Cajeput extra</b>

Die Mischung auf Brust und Rücken verteilen.

4. Einreibung bei „unaufhörlichem“ Husten (ab 3 Jahren)

50 ml	<b>Mandelöl bio</b>
1 °	<b>Zeder bio</b>
2 °	<b>Mandarine rot bio</b>
1 °	<b>Lavendel fein bio</b>
1 °	<b>Cajeput extra</b>

Die ätherischen Öle in ein Gefäß geben und schwenken, das Bio Pflegeöl dazu geben. 3x täglich auf Brust und Rücken einreiben.

5. Waschung bei Fieber

1 Liter	handwarmes Wasser
1 EL	Salz
1 °	<b>Lavendel fein bio</b>
1 °	<b>Mandarine rot bio</b>

---

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  
„Die Welt der Kinderdüfte“  
Yvonne Bareiß

REZEPTSAMMLUNG

Seite 3 von 5



6. Wadenwickel bei Fieber

1 Liter	lauwarmes Wasser
1 EL	Salz
2 °	<b>Zitrone bio</b>

Beide Beine vom Fußgelenk bis über die Wade mit einem feuchten Tuch straff einwickeln, darüber ein Zwischentuch und als Abschluss eine Wolldecke bis zu den Kniekehlen. 10-20 Minuten wirken lassen, die Tücher entfernen, bevor sie warm und trocken sind. Das ganze 3x Wiederholen. Das Kind sollte ausreichend Wasser oder Tee zu sich nehmen.

7. Heile! Heile! Handbalsam

20 g	<b>Sheabutter roh &amp; bio</b>
6 °	<b>Benzoe Siam bio</b>
3 °	<b>Blutorange bio</b>
1 °	<b>Rosengeranie bio</b>

Die Sheabutter im Wasserbad (max. 40°) schmelzen. Ätherische Öle in die noch flüssige Sheabutter geben, verrühren und in einen Glastiegel füllen. Mehrere Stunden zum Aushärten auf die Seite stellen.

---

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  
„Die Welt der Kinderdüfte“  
Yvonne Bareiß

REZEPTSAMMLUNG

Seite 4 von 5



8. Eingehüllt (als Roll-On abfüllen oder als Massageöl)

50 ml	<b>Mandelöl bio</b>
3 °	<b>Mandarine rot bio</b>
1 °	<b>Zeder bio</b>
2 °	<b>Benzoe Siam bio</b>

9. „Unbeschwert und Frei“

100 ml	<b>Mandelöl bio</b>
3 °	<b>Mandarine rot bio</b>
2 °	<b>Tonka-Extrakt bio</b>
1 °	<b>Lavendel fein bio</b>

Als Einreibung für Kinder ab 6 Jahren.

10. Fußbad „Träum süß“

500 g	Totes Meer Badesalz
15 °	<b>„Träum süß“ Duftmischung</b>
5 °	<b>Mandarine rot bio</b>

Die Öle in ein Glasgefäß mit Deckel einträufeln und das Glas so lange drehen, bis Boden und Seitenwände vom Öl benetzt sind. Dann das Tote Meer-Badesalz dazu geben und immer wieder gut durchschütteln. Für ein Fußbad benötigt man ca. 1 Esslöffel der Mischung. Abends vor dem Schlafen ca. 10 Minuten baden.

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  
„Die Welt der Kinderdüfte“  
Yvonne Bareiß

REZEPTSAMMLUNG

Seite 5 von 5



11. Friedvolles zuhause

(Duftmischung für die Raumbeduftung)

2 °	<b>Honigextrakt bio</b>
2 °	<b>Vanilleextrakt bio</b>
6 °	<b>Mandarine rot bio</b>

12. Gute Reise!

50 ml	<b>Mandelöl bio</b>
1 °	<b>Zitrone bio</b>
3 °	<b>Pfefferminze bio</b>

Ideal als Roll-On oder Einreibung auf Nacken und Schläfen, für Kinder ab 6 Jahren geeignet.

**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

