



### Gebbruiksaanwijzing aromatherapie-potje

Het product bestaat uit een glazen potje met daarin een spons en een natuurlijke olie.

Bij het openen van het potje moet u rekening houden met de inhoud, en het dus recht houden bij het openen zodat u zeker bent dat er geen olie uit loopt bij het openen.

De aroma kan geplaatst worden in elke gewenste ruimte. In de huiskamer slaapkamer en op het toilet, maar ook in de badkamer, sauna of in andere ruimtes.

U kunt de aroma 24 uur per dag openzetten in een ruimte, dan wordt de geur verspreid door de ruimte en geeft een heerlijk aroma aan de omgeving gedurende een periode van gemiddeld 1 jaar.

Om de geur constant goed te kunnen ruiken behoort u het product minstens een maal per maand goed te sluiten en het een aantal uren op zijn kop te zetten.

Hierdoor wordt de olie die in het product is verwerkt weer goed door de spons geabsorbeerd en kan de geur weer goed aan de ruimte worden afgegeven.

Bij gebruik in de slaapkamer en sauna zet u het product alleen open wanneer u aanwezig bent in de ruimte of iets daarvoor en sluit het product weer wanneer u de ruimte verlaat. (hierdoor gaat het product alleen maar langer mee).

**Nieuw:** Er is nu ook een ventilator verkrijgbaar, deze schroeft men op het aromapotje.

De ventilator heeft 3 standen, minium, uit of maxium.

Stand minium: om het half uur draait de ventilator 1,5 minuten.

Stand maxium om het half uur draait de ventilator 3 minuten.

Op deze wijze kunt u de geur van de aroma's beter verspreiden door uw ruimte en de geuren aanpassen naar het door u gewenste niveau.

Door het inademen van de geur kan deze bepaalde therapeutische eigenschappen hebben voor het menselijk lichaam.

Op de navolgende pagina's vindt u een uitleg van de eigenschappen van de aroma's.

## **EUCALYPTUS**

Deze aroma is uiterst geschikt tegen allergieën, hoest, verkoudheden en helpt voor mensen tegen astma en hooikoorts. Ook hebben mensen met suikerziekte baat bij deze geur.

Deze geur is heerlijk in de slaapkamer, badkamer of bijvoorbeeld in de (infrarood)-sauna.

Tip: Als u deze geur enkel gebruikt voor de werking bij verkoudheid zet hem dan op andere momenten dicht en donker weg dan gaat deze geur jarenlang mee.

## **LAVENDEL**

De meeste mensen kennen lavendel natuurlijk als rustgevend en kalmerende geur die goed is om in slaap te komen. De aroma Lavendel van is ook zeer geschikt tegen hoofdpijn, hartstoornissen en depressies. Tevens heeft deze geur vaak een erg goede werking bij mensen met reuma.

## **ORANJEBLOESEM**

De aroma Oranjebloesem heeft een kalmerend en pijnstillend effect. Ook wordt deze geur gebruikt om goed in slaap te komen en te kunnen doorslapen. Verder is deze geur tegen duizelingen, flauwtes, histerie en kan deze geur erg goed gebruikt worden tegen spanningshoofdpijn en stress.

## **DENNEN**

De aroma Dennengeur heeft een goede werking tegen bronchitis, ook kan deze geur in plaats van Eucalyptus gebruikt worden bij kinderen die nog geen jaar zijn geworden. Verder is de geur een aardige geur om in slaap te kunnen komen, werkt ze goed tegen voorhoofdholte ontsteking, is ze versterkend, en desinfecteert ze schadelijke bacteriën

## **JASMIJN**

De Aroma Jasmijn is een heerlijk frisse geur en is uiterst geschikt voor de neutralisatie van ongewenste geuren in huis (denk aan rook- kook- dieren- toiletluuchtjes). Naast de neutraliserende eigenschappen van deze geur is deze ook werkzaam tegen geestelijke stoornissen en is de geur humeurverhogend

## **MARJOLEIN**

De Aroma Marjolein Inmiddels bekend onder velen als de snurkpot. De aroma heeft vaak een uitstekende werking bij snurkers. Ze is vocht regulerend waardoor ook o.a. door ademhaling met open mond de huid niet uitdroogt. Verder vergemakkelijkt ze de ademhaling. Verder is de geur temperatuur regelend, reguleert ze de transpiratie, versterkt ze het zenuwstelsel en vermindert spierpijnen. Ook helpt marjolein bij vele problemen die hiermee gepaard gaan.

## **YLANG-TOP**

De Aroma Ylang Top wordt in Azië gewonnen uit de Ylang Ylang plant. De geur wordt ook veel gebruikt in de parfum industrie. De geur is moraalverhogend, kan het gezichtsvermogen verbeteren en stimuleert de lust naar seks. Verder heeft Ylang Ylang ook de eigenschappen dat het menstruatieprijnen vermindert, tegen een hoge bloeddruk werkt en tegen opvliegers bijvoorbeeld in de overgang.

## **ROZEN**

De aroma Rozengeur is een rustgevend en ontspannende geur en werkt tegen depressies. De geur brengt sfeer en ambiance met zich mee. Roos geeft verzorging voor de droge, gevoelige en wat oudere huid, eczeem, gesprongen adertjes (couperose), rimpels, huidontstekingen, jeugdpuistjes. Ook werkt roos bij nervositeit, neerslachtigheid, overgangs-problemen, premenstruele spanningen en menstruatieproblemen

## **SANDELHOUT**

Sandelhout helpt bij depressies, infecties, ontstekingen. De geur is kalmerend en stelt de mens positief. Tip: Bij meditatie is het heerlijk om sandelhout te ruiken. Het maakt rustig en open. Het helpt een mens over zijn teleurstellingen heen te kijken en weer contact op te nemen met de mensen en de wereld om hem heen.

## **VIOOL**

De aroma Viool is de wilde viool, De geur is prettig in huis ietwat zoet, maar toch fris. De geur neutraliseert ongewenste geuren en helpt tegen pees-/spierontstekingen, nervositeit, en kan helpen bij slapeloosheid.

## **CITRONELLA**

De aroma Citronella is natuurlijk een geur uitstekend geschikt voor de zomer voor het uit de buurt houden van muggen.

## **GRAPEFRUIT**

Werkt ontgiffend voor de organen en wekt de levenslust op. Heeft ook een gunstige invloed op de spijsvertering.

## **KANEEL**

De aroma Kaneel heeft een versterkende en verwarmende werking bij kou. Het geeft steun aan ouderen en aan mensen die herstellende zijn van een ziekte. Kaneel is ontspannend bij spierverhardingen en bij geestelijke verharding in het algemeen. Het geeft een gevoel van welbehagen en activeert de fantasie en de creativiteit.

## **MANDARIJN**

Mandarijn is een zonnige, vrolijke en warme olie die het kind in de volwassen mens voedt. De aroma Mandarijn brengt een speelse creativiteit naar boven, zodat problemen niet meer zo zwaar vallen en de kleine dingen weer aandacht krijgen. Mandarijn is een uitstekende geur voor aanstaande moeders, baby's en kinderen.

## **MUNT**

Munt is een versterkende en stimulerende geur. Ze vergemakkelijkt de spijsvertering helpt bij misselijkheid en kiespijn. De geur wordt ook veel gebruikt voor het neutraliseren van tabaksgeuren

## **PATCHOULY**

Is celherstellend bij littekens, heeft een onderhoudende functie voor de huid. Helpt bij eczeem en voorkomt droge hoofdhuid (roos)

## **PEPERMUNT**

De aroma Pepermunt kan helpen tegen bacteriën, infecties, schimmels. Ook werkt de geur koortsverdrijvend, slijmoplossend en is de geur goed voor de spijsvertering en tegen winderigheid. Pepermunt werkt reinigend en verheldert de geest. Heel verfrissend is de geur van pepermunt in de auto om goed bij te blijven. Pepermunt geeft verlichting bij hoofdpijn, vooral wanneer deze veroorzaakt is door verkeerd eten of drinken.

## **ROZEMARIJN**

De aroma Rozemarijn geeft natuurlijke energie, werkt tegen spierpijn, aambeien, lage bloeddruk circulatiestoornissen en spit.

## **SINAASAPPEL**

De aroma Sinaasappel bevordert groei, is goed bij herstel na ziekte, tegen bloedarmoede, geeft energie, tegen tandvleesontstekingen en versterkt het hart. Ook is de geur lever stimulerend en maag versterkend

## **VANILLE**

De heerlijke geur van vanille kennen we allemaal wel, Vanille is kalmerend, deze zachte aroma is verwarmend voor de ziel en geeft een gevoel van gemak en welzijn. heerlijk voor bijvoorbeeld in de huiskamer.