

AROMATHERAPIE

FÜR KINDER UND ERWACHSENE

Das Praxisbuch

**NUTZEN SIE DIE WOHLTUENDEN DÜFTE DER
ÄTHERISCHEN PFLANZENÖLE FÜR IHRE GESUNDHEIT
UND AKTIVIEREN SIE IHRE SELBSTTHEILUNGSKRÄFTE**



**INKL. REZEPTEN ZUM SELBSTHERSTELLEN
VON PFLEGEPRODUKTEN**

Alle Ratschläge in diesem Buch wurden sorgfältig erwogen und geprüft. Eine Garantie kann dennoch nicht übernommen werden. Eine Haftung für jegliche Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist daher ausgeschlossen. Die Benutzung dieses Buches und die Umsetzung der darin enthaltenen Informationen erfolgt ausdrücklich auf eigenes Risiko.

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung der Übersetzung, vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme gespeichert, verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

INHALT

Das erwartet Sie in diesem Buch

Geschichte der Aromatherapie

Definition und Grundlagen

Definition

Grundlagen

Herstellung

Wie werden ätherische Öle hergestellt?

Durchführung der Aromatherapie

Schritt 1

Schritt 2

Aromatherapie für Kinder

Sorgfältige Auswahl

Tipps für die Anwendung

Empfohlene Öle für Kinder und Kleinkinder

Düfte für Kinder

Leichter Lernen durch Düfte

Was muss beachtet werden?

Komplikationen, Risiken und Nebenwirkungen

*Was Sie tun können, um bestmögliche Qualität und
möglichst keine Nebenwirkungen zu erzielen*

Erste Hilfe, wenn doch mal etwas schiefgeht

Welche Therapieformen gibt es?

Inhalation

Orale Einnahme

Aromalampen

Gewürz

Tee

Dampfbad

Haarpflege mit ätherischen Ölen

Räuchern

Massageöl

Balsam

Aufguss

Bad

Hautpflege

Profile der Öle

Eigenschaften und Bildung von ätherischen Ölen

Wirkung der ätherischen Öle

Rezepte zum Selbsterstellen

Pflegeprodukte mit ätherischen Ölen

Zimt-Fußbad für Frostbeulen

Duftendes Kuscheltier

Pfefferminzöl-Abkühlung

Thymian-Lavendelöl bei Erkältung

Anis-Lavendel-Entspannungsbad

Erkältungsbad aus Rosmarin, Thymian, Eukalyptus & Fichtennadel

Zitronen-Lemongras-Rosmarin-Duftexplosion

Fußmassage

Schlaföl in Roll-on-Fläschchen

Lemongras

Calendula-Massagebar

Sheawunder

Grundrezept für Aromalampe und Aromaspray

Aromaspray

Monster-weg-Spray

Inhalierstift

Dampfinhalation

Gurgelsalz

Aromabad

Aromabadeöl

Salzpeeling für ein Aroma-Duscherlebnis

Aromadusche

Körperöl

Shea-Basis-Balsam

Bienenwachs-Basis-Balsam

Abschluss

Informationen über Schulungsangebote

Das erwartet Sie in diesem Buch

Sie haben schon einmal etwas von der Aromatherapie für Kinder gehört und sich schon länger gefragt, was genau das überhaupt ist? Dann ist mein Ratgeber genau der richtige für Sie, denn ich habe nicht nur eine Definition parat.

Mein Name ist Linda und ich lege Ihnen meinen Ratgeber über Aromatherapie für Kinder besonders ans Herz, wenn Sie nachhaltig etwas über das Thema erfahren wollen und Rezepte zum Selbermachen mögen.

Die Aromatherapie ist eine Methode zur Heilung und Linderung von kleineren und größeren Problemen bei Kindern, aber auch für Erwachsene. Dabei kommen ätherische Öle, auch Pflanzendüfte genannt, zum Einsatz. Sie wirken angenehm und beruhigend auf die Heranwachsenden. Richtig eingesetzt, können sie sogar eine nachhaltige und heilsame Wirkung auf den Körper und die Seele ausüben.

Sie werden in diesem Ratgeber außerdem etwas über die Wirkung der Öle, Nebenwirkungen und Gefahren sowie über die Anwendungsbereiche erfahren. Des Weiteren gebe ich Ihnen hilfreiche Tipps und Informationen darüber, wie auch Sie die Aromatherapie anwenden können.

Ob Halsschmerzen, „Tropfnase“, Bauchweh – für alle Beschwerden, welche Kinder äußern, finden Sie hilfreiche Tipps zur Anwendung ätherischer Öle.

Kleiner Tipp: Am Ende des Ratgebers erhalten Sie einige Informationen über Stellen, an welche Sie sich wenden können, falls auch Sie Lust haben, einen Kurs zum Thema zu absolvieren.

Ich wünsche Ihnen viel Vergnügen und maximale
Lernerfolge.

Ihre Linda Bassalig