

HAND-AROMADESINFEKTIONSSPRAY

um sich vor Viren, Keimen und Bakterien zu schützen

REZEPT VON DORIS KARADAR

ZUM
SELBER-
MACHEN



REZEPT

Zutaten:

20 Tropfen ätherisches Öl Litsea

20 Tropfen ätherisches Öl Ravintsara

10 Tropfen ätherisches Öl Teebaum

10 Tropfen ätherisches Öl Thymian rot bzw. Thymian CT. thymol

10 Tropfen ätherisches Öl Zitrone

75 ml Alkohol (96%) finden Sie in der Apotheke oder im Supermarkt

15 ml reines Aloe Vera Gel (alternativ geht auch Glycerin oder etwas Jojobaöl)

10 ml Melissenhydrolat (alternativ geht auch Rosenhydrolat oder destilliertes Wasser)

Alle angegebenen ätherischen Öle haben eine stark antivirale, antibakterielle und auch antimykotische Wirkung.

Die ätherischen Öle mit dem Alkohol gut vermischen, das Aloe Vera Gel und das Melissenhydrolat dazugeben. Gut schütteln und bei Bedarf mehrmals täglich die Hände damit besprühen und gut verreiben. Das Aloe Vera Gel sorgt dafür, dass der Alkohol und die ätherischen Öle die Hände nicht zu sehr austrocknen.

Bitte achten Sie immer auf die Reinheit und die Qualität echter naturreiner genuiner ätherischer Öle.

Bleiben Sie gesund.

Ihre Doris Karadar Dipl. Erborista und Aromatologin

Bitte nicht in das Gesicht sprühen und auch nicht bei Babys anwenden.

Die Zutaten finden Sie im spezialisierten Reformhaus Bio Paradies in Eppan oder in einem anderen gut sortierten Reformhaus, Bioladen oder in einer Apotheke.

www.doriskaradar.it info@doris-karadar.it