

verwöhne deine Sinne – **Dein Duftöl** – natürlich, frisch und wohltuend!

Mische dein eigenes Duftöl, um deine bevorzugten Düfte individuell zu gestalten und sicherzustellen, dass nur natürliche Inhaltsstoffe verwendet werden. So erhältst du eine chemiefreie Alternative zu industriellen Produkten.

Zutaten:

- **30 ml Trägeröl** (z.B. Jojobaöl*, Rizinusöl*, Mandelöl* oder fraktioniertes Kokosöl*)
- **10-15 Tropfen ätherisches Öl** * **nach Wahl** (z.B. Lavendel, Zitrone, Pfefferminze - intuitiv Auswahl möglich mit Hinblick auf Anwendungsempfehlungen)

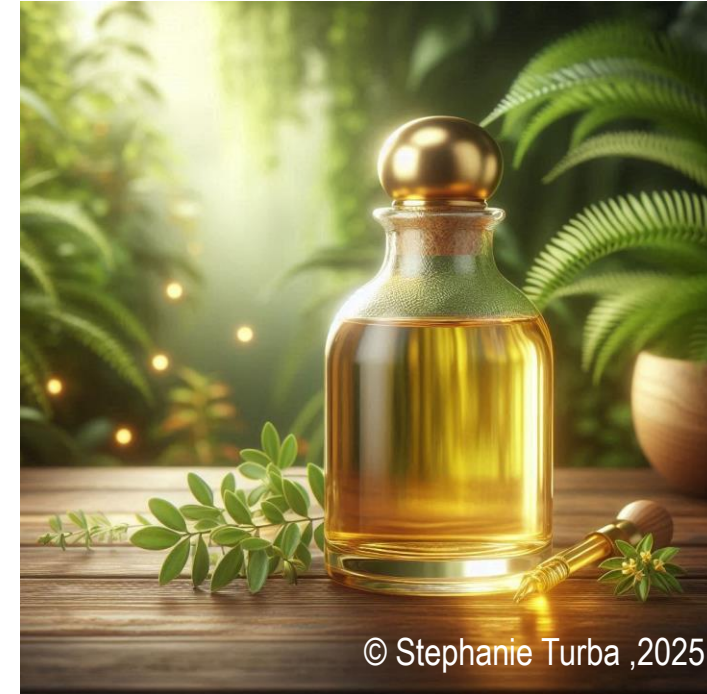
Zubereitung:

1. Fülle das Trägeröl in eine saubere, dunkle Glasflasche*.
2. Gib die ätherischen Öle* hinzu.
3. Verschließe die Flasche und schüttle sie gut, damit sich die Öle vermischen.
4. Lasse das Duftöl mindestens 24 Stunden ruhen, damit sich die Düfte entfalten können.

Haltbarkeitstipps für Duftöl:

- 1. Kühl und dunkel lagern:** Bewahre das Duftöl an einem kühlen, dunklen Ort auf, um die Qualität und Wirksamkeit der ätherischen Öle zu erhalten. Ein Schrank oder eine Schublade eignet sich dafür gut.
 - 2. Sauberkeit:** Stelle sicher, dass alle Flaschen und Werkzeuge vor der Verwendung gründlich gereinigt und desinfiziert sind, um das Eindringen von Bakterien zu verhindern.
 - 3. Luftdicht verschließen:** Verwende eine gut verschließbare, dunkle Glasflasche, um das Öl vor Luft und Licht zu schützen, was die Haltbarkeit verlängert.
 - 4. Vitamin E hinzufügen:** Vitamin E wirkt nicht nur pflegend, sondern auch als natürliches Konservierungsmittel, das die Haltbarkeit des Duftöls verbessern kann.
 - 5. Regelmäßige Überprüfung:** Achte auf Veränderungen im Duft oder in der Konsistenz des Öls. Sollte es seltsam riechen oder trübe werden, ist es Zeit, ein frisches Duftöl herzustellen.
- In der Regel sollte dein selbstgemachtes Duftöl bei richtiger Lagerung etwa 6-12 Monate haltbar sein.

freilich
by
Stephanie Turba **Natur**



© Stephanie Turba ,2025

Anwendung:

- Trage das Duftöl auf die Haut (z.B. Handgelenke, Nacken) auf, um den Duft zu genießen.

*[Bezahlte Links] Die mit * gekennzeichneten Links sind Provisions-Links, auch Affiliate-Links genannt. Wenn du auf einen solchen Link klickst und auf der Zielseite etwas kaufst, bekommen ich vom betreffenden Anbieter oder Online-Shop eine Vermittlerprovision. Es entstehen für dich keine Nachteile beim Kauf oder Preis.*