Green Plantation

DO POBRANIA ZA DARMO

Przepisy do dyfuzora

16 mieszanek zapachowych z olejków eterycznych na każdą porę dnia i roku

Każda mieszanka jest przeznaczona do dyfuzora ze zbiornikiem 100 ml, czyli łącznie 5 kropli. Przy większym zbiorniku zwiększ liczbę kropli proporcjonalnie (200 ml = 8 kropli, 300 ml = 10 kropli). Mieszanki to kompozycje zapachowe dla przyjemnej atmosfery w domu.

Rześkie poranki

Poranny cytrus
- 3 krople cytryna
- 2 krople mięta pieprzowa

Cytrusowy ogród
- 2 krople pomarańcza
- 2 krople grejpfrut
- 1 kropla bergamotka

Przy biurku
- 2 krople rozmaryn
- 2 krople cytryna
- 1 kropla mięta pieprzowa

Wiosenna łąka
- 3 krople grejpfrut
- 2 krople lawenda

Wieczorny relaks

Lawendowy wieczór
- 3 krople lawenda
- 2 krople pomarańcza

Miękka noc
- 2 krople lawenda
- 2 krople cedr
- 1 kropla ylang-ylang

Ciepły wieczór
- 2 krople ylang-ylang
- 2 krople bergamotka
- 1 kropla pomarańcza

Chwila z herbatą
- 2 krople bergamotka
- 2 krople lawenda
- 1 kropla cedr

Las i natura

Las iglasty
- 2 krople jodła
- 2 krople sosna
- 1 kropla cyprys

Górska chata
- 2 krople cyprys
- 2 krople jałowiec
- 1 kropla cedr

Śródziemnomorze
- 2 krople mirt
- 2 krople cytryna
- 1 kropla rozmaryn

Po deszczu
- 2 krople eukaliptus
- 2 krople lawenda
- 1 kropla cytryna

Zima i Boże Narodzenie

Zimowy wieczór
- 2 krople pomarańcza
- 1 kropla cynamon
- 1 kropla goździk
- 1 kropla jodła

Pierniczek
- 2 krople pomarańcza
- 1 kropla cynamon
- 1 kropla gałka muszkatołowa
- 1 kropla imbir

Choinka
- 3 krople jodła
- 2 krople pomarańcza

Czysty dom
- 2 krople cytryna
- 2 krople lawenda
- 1 kropla drzewo herbaciane

Jak tworzyć własne mieszanki

- Łącz maksymalnie 3–4 olejki. Jeden powinien być główny (2–3 krople), pozostałe uzupełniające.
- Dobrze współgrają olejki z tej samej grupy: cytrusy, drzewa iglaste, kwiaty, przyprawy.
- Intensywne olejki (cynamon, goździk, ylang-ylang, mięta) dozuj po jednej kropli.
- Nową mieszankę wypróbuj najpierw na pasku papieru, zapach poznasz bez napełniania dyfuzora.

> Rozpylaj przez 30–60 minut, a potem zrób przerwę, wietrz pomieszczenie. Koty, ptaki i drobne gryzonie są wrażliwe na olejki eteryczne: zwierzę musi mieć możliwość przejścia do innego pomieszczenia. W obecności dzieci poniżej 3 lat, w ciąży i przy astmie skonsultuj się z lekarzem.

Mieszanki to kompozycje zapachowe dla domowej atmosfery, nie służą celom leczniczym. Przestrzegaj instrukcji dyfuzora i wskazówek bezpieczeństwa na etykietach olejków.
Więcej poradników i materiałów za darmo znajdziesz na www.greenplantation.pl