



Natürlich *frisch*



alltagstaugliche Ideen für
Wäsche & Textilien



aromacoach.academy



Warum überhaupt?



Viele Textilien
begleiten uns täglich
direkt **auf der Haut.**

Oft reichen einfache
Zutaten und ein paar
Tropfen ätherisches Öl,
um **Frische neu**
zu denken.



aromacoach.academy



BGR

Waschmaschine



ZUTATEN



Waschlappen oder
Trocknerball



5–8 Tr. Lavendel
oder



5–8 Tr. Grapefruit
oder



5–8 Tr. Zitrone



ANWENDUNG

Auf den Waschlappen
oder Trocknerball geben.



aromacoach.academy



BGR



Textilerfrischer



ZUTATEN



250 ml Wasser



1 TL Natron



10 Tr. Lavendel



ANWENDUNG

In eine Sprühflasche
geben und vor
Gebrauch schütteln.



Handtuchspray



ZUTATEN

- 💧 450 ml Wasser
- 💧 20 Tr. Zedernholz
- 💧 15 Tr. Bergamotte
- 💧 10 Tr. Eukalyptus



ANWENDUNG

Nach Bedarf auf
Handtücher sprühen.



aromacoach.academy



BGR

Bügelsspray



ZUTATEN

💧 500 ml
destilliertes Wasser

.....

💧 4–6 Tropfen
Grapefruit



ANWENDUNG

Aus etwas Abstand
auf das Kleidungsstück
sprühen und
anschließend bügeln.



aromacoach.academy



Schuhdeo



ZUTATEN

- 💧 240 ml destilliertes Wasser
- 💧 5 Tropfen Zitrone
- 💧 5 Tropfen Limette
- 💧 5 Tropfen Citronella
- 💧 5 Tropfen Teebaum
- 💧 5 Tropfen Oregano



ANWENDUNG

In eine Sprühflasche füllen, gut schütteln und in die Schuhe sprühen.
Anschließend auslüften lassen.



aromacoach.academy



Mottensachet



ZUTATEN

- 💧 10 Tropfen Lavendel
- 💧 10 Tropfen Zedernholz
- 💧 5 Tropfen Teebaum
- 💧 5 Tropfen Rosmarin



ANWENDUNG

Tropfe die ätherischen Öle auf das Säckchen und lege es in Schränke, Schubladen oder Kleiderschrank.
Alle 3–4 Monate auffrischen.



aromacoach.academy



BGR



Weniger kann manchmal mehr sein.



Speichern
für später



Teilen
mit Freunden



Kommentieren
Lieblingsidee verraten

Welche Idee probierst du aus?



aromacoach.academy



BGR



WICHTIGE HINWEISE



FÜR SICHERE UND NACHHALTIGE
DIY-REZEPTE IM ALLTAG.

MISCHUNG FRISCH HERSTELLEN

Lieber kleinere Mengen anmischen und
zeitnah verbrauchen.

SAUBERES WASSER VERWENDEN

Destilliertes oder abgekochtes Wasser
eignet sich besonders gut.

VORHER TESTEN

Neue Mischungen immer zuerst an einer
unauffälligen Stelle ausprobieren.

DUNKLE FLASCHEN VERWENDEN

Dunkle Glasflaschen schützen die Inhaltsstoffe
vor Licht und helfen, die Wirksamkeit zu erhalten.

BESCHRIFTEN

Name, Inhalt und Herstellungsdatum
auf der Flasche notieren.

SICHER AUFBEWAHREN

Außer Reichweite von Kindern lagern.



aromacoach.academy

Natürliche Reinigung beginnt mit einer achtsamen Anwendung.



BGR