



Oregano



DAS ÖL,
DAS NICHT LANGE DISKUTIERT.

Kräftig. Würzig. Direkt.

Eine uralte Gewürz- & Heilpflanze
aus dem Mittelmeerraum –

*geschätzt in der Küche,
respektiert in der Aromapraxis.*



aromacoach.academy



BGR



Warum Oregano *so kraftvoll ist*

Oregano enthält besonders viel Carvacrol – einen Pflanzenstoff, der für seine intensive, reinigende und aktivierende Wirkung bekannt ist.



Traditionell wird Oregano begleitet eingesetzt bei:

-  Erkältungszeiten
-  Verdauungsbeschwerden
-  belastenden Winterphasen
-  erschöpften Phasen
-  Muskel- & Gelenkthemen



Außerdem gilt Oregano als stark wärmend, durchblutungsfördernd und intensiv klärend.



aromacoach.academy



BGR





Wichtig

zu wissen



Oregano gehört zu den sogenannten „heißen Ölen“.

Deshalb gilt:

Immer stark verdünnen.

Weniger ist hier oft mehr.



Nicht zur eigenständigen Anwendung bei:

- Kindern
- Schwangerschaft & Stillzeit
- sensiblen oder neurologischen Erkrankungen



Eine längere oder intensive Anwendung sollte immer fachlich begleitet werden.



Physiologisch dosiert bedeutet:

bis zu 1 Tropfen auf 5 ml

Trägeröl – oder sogar weniger.





Die emotionale Seite



Oregano ist ein Öl,
das klare Grenzen setzt.

Es steht für Schutz, Standhaftigkeit
und innere Stärke.



ABGRENZUNG

Unterstützt dich dabei,
deine Grenzen zu spüren,
zu wahren und Nein
zu sagen – ohne Schuldgefühle.



KLARHEIT

Bringt Gedanken in Ordnung
und hilft dir, dich nicht
von äußeren Einflüssen
vereinnahmen zu lassen.



STÄRKE

Schenkt dir Mut, dich selbst
zu vertrauen und deinen
eigenen Weg konsequent
zu gehen.



Oregano erinnert dich:

Du darfst dich schützen.
Du darfst dich abgrenzen.
Du darfst du selbst sein.

