

ÄTHERISCHE ÖLE IN DER KITA

DIE BESTEN ÖLE FÜR PRÄVENTION & WOHLBEFINDEN
DUFTENDE GESUNDHEIT



Ätherische Öle sind die pure Heilessenz - sie werden auch als die Seele der Pflanze bezeichnet.

Für uns Menschen sind ätherische Öle Heilmittel für Körper & Seele.

Ich habe Ihnen eine Auswahl hochreiner, ätherischer Öle in therapeutischer Qualität zusammengestellt, die besonders bei der Gesunderhaltung unserer Kinder wertvolle Dienste leisten - die Anwendungen nutzen Ihnen natürlich ebenso.

Dies ist allerdings nur eine winzige Auswahl und Auszug aus den unendlichen Möglichkeiten, die die Aromatherapie für die Gesundheit unserer Kinder bereit hält.

Lemon (Zitrone)

Geruch: fruchtig, frisch, belebend, rein

Wirkung: stimmungsaufhellend, klärend für Körper, Geist & Umgebung (Luft, Räume), antiviral, antibakteriell; immunstimulierend

hilft bei: trüber Stimmung, Belastungstress, Erschöpfung, Halsschmerzen, beginnender Erkältung, Infektprävention

Anwendung in der Kita:

1 Tropfen in die Hand geben und daraus inhalieren (bei Stress & Traurigkeit). Je nach Raumgröße 3 - 5 Tropfen in den Diffuser geben



Lavender (Lavendel)

Geruch: mild, süß, blumig, krautig

Wirkung: beruhigt, entspannt, fördert Redebereitschaft, schmerzlindernd, -stillend, antihistamin, antiseptisch und wundheilend, regenerativ + beruhigend

hilft bei: unruhigem Geist, nicht reden wollen, schlechtem Schlaf, bei allen entzündlichen Hautproblemen, Sonnenbrand, Verbrennungen, Heuschnupfen, Schuppenflechte / Neurodermitis

Anwendung in der Kita:

1 Tropfen in die Hand geben und daraus inhalieren. Je nach Raumgröße 3 - 5 Tropfen in den Diffuser geben



Air - Atemwegsmischung

Geruch: minzig frisch, leicht blumig, kühlend

Wirkung: entspannt die Atemwege, löst Husten, lässt durchatmen, befreit die Nase, erfrischt, belebt

hilft bei: Atemwegsinfektionen aller Art, Angst, Panik

Anwendung in der Kita:

1 Tropfen in die Hand geben und daraus inhalieren. Je nach Raumgröße 3 - 5 Tropfen in den Diffuser geben (erst bei Kindern ab 48 Monate)



On Gard - Schützende Mischung

Geruch: wie Lebkuchen nach Zimt & Nelke

Wirkung: hoch antibakteriell, antiviral, antimykotisch, macht mutig, stärkt das Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen

hilft bei: ALLEN Infekten & bestes Mittel zur Prävention, bei ängstlichen & sehr scheuen Kindern

Anwendung in der Kita:

Je nach Raumgröße 2 - 4 Tropfen in den Diffuser geben - an die richtige Dosierung herantasten



empfohlen durch:

Kristina Kroemke | Heilpraktiker (Psych) | Ernährungsberatung | Aromatherapie
Riesaer Straße 80 | 01612 Nünchritz
kristina@kroemke.com | 01782911709

Anwendung nur für Kinder ab 48 Monate / ausschließlich inhalatorisch / Verpackungshinweise beachten

ANWENDUNG IN DER KITA

ÄTHERISCHE ÖLE DUFTENDE GESUNDHEIT



Mit der Anwendung ätherischer Öle im Kita-Alltag können Sie sowohl die Stimmung als auch die Gesundheit Ihrer Schützlinge als auch Ihrer Mitarbeiter und Kollegen nachhaltig positiv beeinflussen

Wenn Sie sich für die Anwendung ätherischer Öle im KitaLeben interessieren, nehmen Sie gerne mit mir Kontakt auf.

Inhalieren & diffusen

Die geeignetste Anwendung in der Kita ist die Nutzung im Diffuser. Ätherische Öle sind ausschließlich in Kaltzerstäubern auf Wasserbasis zu nutzen. Die Dosierung richtet sich nach der Raumgröße. Probieren Sie aus - beginnen Sie mit 3 Tropfen und steigern Sie bis auf 5 oder mehr.

Der hier gezeigte Petal Diffuser ist für einen Raum von ca. 30 m² ausgelegt

Das Zerstäuben ätherischer Öle hat viele Vorteile:

- 1.) es kommen alle im Raum in den Genuss der Wirkung der Öle (körperlich & emotional)
- 2.) es ist die einfachste und sicherste Anwendung
- 3.) die Raumluft wird gereinigt und erfischt

Hinweise:

- 1.) lassen Sie die Kinder mitbestimmen, was diffust wird
- 2.) ätherische Öle können auch gemischt werden (Lemon & Air gehen sehr gut zusammen)
- 3.) verschließen Sie die Ölfäschchen sehr gut und lagern Sie sie lichtgeschützt und für Kinder unzugänglich
- 4.) achten Sie darauf, dass die Kinder nicht mit dem Diffuser spielen
- 5.) es ist normal, dass man nach einiger Zeit den Geruch nicht mehr wahrnimmt (alle, die den Raum neu betreten, werden den Duft aber bestätigen)

Qualität

Die hier empfohlenen ätherischen Öle der Firma doTERRA sind von hochreiner therapeutischer Qualität und erfüllen den CPTG-Standard.

Alle verwendeten Materialien und Verfahren unterliegen strengster Prüfung.

Die Mehrzahl der Öle von doTERRA sind nach EU-Kriterien als "Nahrungsergänzungsmittel" zugelassen. Kaum ein Zertifizierungsverfahren ist strenger.



empfohlen durch:

Kristina Kroemke | Heilpraktiker (Psych) | Ernährungsberatung | Aromatherapie
Riesaer Straße 80 | 01612 Nünchritz
kristina@kroemke.com | 01782911709

Anwendung nur für Kinder ab 48 Monate / ausschließlich inhalatorisch / Verpackungshinweise beachten