

Masterclass I Voňavá výbava,
kterou fakt využiju
www.terezakrcmarova.cz

Sestavit si voňavou výbavu není jen
o tom, **který éterický olej (ÉO)**
potřebuji, zásadní jsou také:

rostlinné oleje (RO)

Pro ředění ÉO před použitím na
pokožku

Samostatné použití na kůži

Nebo vnitřní užití

hydroláty (HY)

Pro bezpečné, jemné a šetrné použití dovnitř i ven :-)

Pokud pracujeme s AT také u dětí, jsou hydroláty nutností!

Základní ÉO: ...

Rostlinné oleje (RO):

Používáme k ředění ÉO na masáže

Ale také samostatně vnitřně zj. při potížích s trávením, s hormony nebo krevním oběhem

Must have RO:

kokosový olej

Nádherně voní, taje při 25 st., pro děti velmi zábavné

Stahuje horkost, otoky, napětí

Jojobový olej

Skvělý do osobních vůní a parfému, nemá vůni

Nepoužíváme vnitřně - z 97% se jedná o vosk

meruňkový olej

Top RO pro děti, zvláčňuje pokožku, vyživuje, regeneruje

Hydroláty (HY):

Používáme na vnější i vnitřní použití, akutní i chronické potíže, dospělí i děti a všechny další citlivé osoby

Must have: **Růžový hydrolát**

Další vhodné hydroláty: Levandule, heřmánek římský, tymián linalol - topovky pro děti