



# AromaCura<sup>®</sup>

...schenke Gesundheit

Schenke sie Dir, Deinen Freunden,  
Deinen Lieben und Deiner Umwelt.

**Produktkatalog**

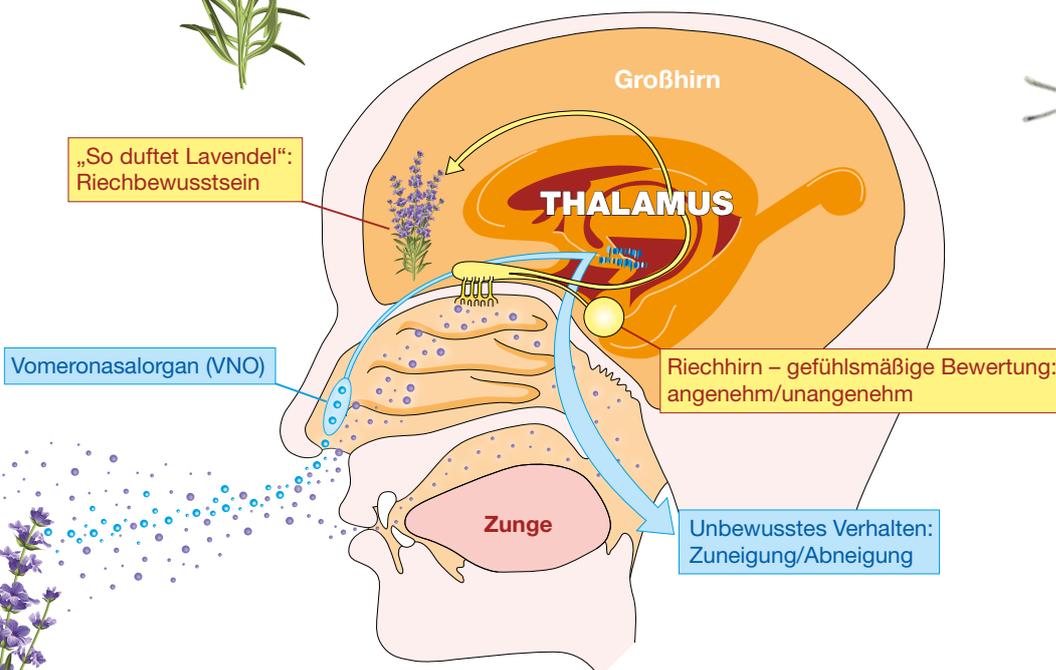
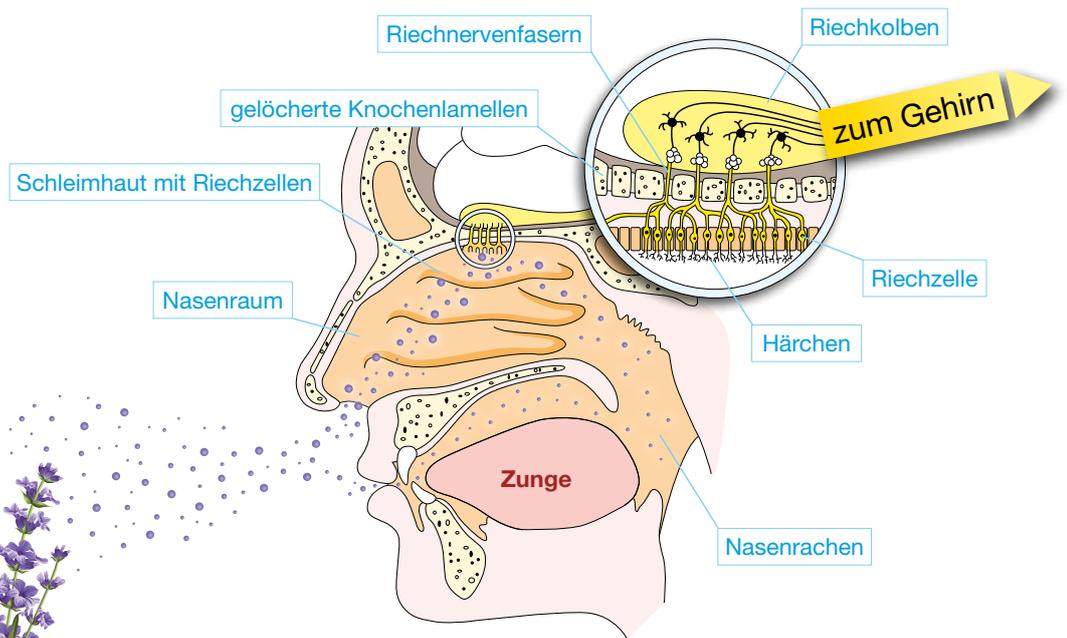


# Herzlich willkommen...

## Wie funktioniert eigentlich das Riechen?

Angenehme Gerüche lösen bei uns Menschen ein Wohlbefinden aus. So unterstützen z.B. ätherische Öle (im Rahmen einer Aromatherapie) Geist und Körper. Sie stimulieren, sie beruhigen, sie klären, sie befreien, u.v.m. Aber wie funktioniert das eigentlich mit dem Riechen und wieso empfinde ich manches als angenehm und manches als unangenehm? Dies ist nur ein spannendes Thema, welches von Inga Hoffmann-Tischner in Schulungen oder Rezeptvorschlägen vermittelt wird.

Ein Blick auf unsere Kategorie:  
**WISSEN!** lohnt zu jeder Zeit  
 Scan QR-Code



## Das ist uns wichtig...



DE-ÖKO-039

Alle verpackten Öko-Lebensmittel, die in der EU produziert werden, müssen seit dem 1.7.2010 das Bio-Siegel tragen. Sie erfüllen somit den EU-Mindeststandard – 95 % der landwirtschaftlich produzierten Zutaten stammen aus ökologischem Anbau! Zur Qualitätssicherung werden die Hersteller jährlich von den Kontrollstellen überprüft.

Weitere Infos zum Bio-Siegel findest Du beim Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft: <https://www.bmel.de/DE/themen/landwirtschaft/oekologischer-landbau/eu-bio-logo.html>  
(Stand: 22. März 2021)

Einen interessanten **Blog von Alessandra Hoffmann** zu diesem Thema findest Du auf unserer Webseite. **Scan QR-Code** 



Dieser Katalog wurde auf PEFC™-zertifizierten Papieren gedruckt. PEFC (Programme for the Endorsement of Forest Certification) garantiert, dass Holz- und Papierprodukte aus nachhaltig bewirtschafteten Wäldern stammen. PEFC ist die größte Institution zur Sicherstellung und Vermarktung nachhaltiger Waldbewirtschaftung durch ein unabhängiges Zertifizierungssystem.



Bei unseren Kooperationspartnern achten wir auf gerechte Lieferketten und Einhaltung der Menschenrechte, welches die „Business Social Compliance Initiative“ (BSCI) prüft und zertifiziert.

Die Pharmazentralnummer (PZN) dient zur Identifikation deutscher Arzneimittel oder anderer Medizinprodukte, aber auch Kosmetika sind zugelassen. Die PZN hat die Aufgabe, den Warenverkehr dieser Produkte zu regeln, aber dient zusätzlich zur Verständigung zwischen Verkäufer über Lieferanten bis hin zu den Käufern.

**Für alle AromaCura-Produkte gilt:** Ohne Tierversuche und frei von chemischen oder synthetischen Duft-, Farb- und Konservierungsstoffen. Aus kontrolliertem, organischem, umweltschonendem Anbau.

### Ach übrigens...

**Wir achten nicht nur auf die Qualität unserer Naturprodukte, sondern auch auf deren Lagerung!**

Deshalb verwenden wir hochwertige Blau- und Braunglasflaschen, um den Inhalt vor UV-Strahlen bestmöglich zu schützen. Ebenso sind Tropfer und Gießer für den hygienischen Gebrauch konzipiert.

➔ Daher wundere Dich nicht, dass die Flaschen der Produktfotografien zwecks Produktpräsentation optimal ausgeleuchtet sind und so sehr durchlässig erscheinen.



## Inhaltsverzeichnis

### Haut und Seele

Basisöle.....	4
Wie funktioniert die Hautpflege?..	7
Tropftabelle.....	8
Duftgeräte.....	9
Zubehör.....	9
Pflanzenwässer Hydrolate.....	10
Unsere Haut – das Superorgan.....	14
Hautbalsame.....	15
Lavendel-Essig.....	16
Lippenbalsam.....	17
Naturseifen.....	18

### Bee Happy

Bienenwachspastillen.....	20
Propolis.....	21
Bienenweide.....	22

### Gesunde Ernährung

Venen & Lymph Tee.....	23
Buchweizen-Honig.....	24
Hagebutten-Pulver.....	25
Kurkuma-Pulver.....	25
Vitalöle.....	26

### Sonstiges

Weitere Shop-Produkte.....	28
DIY (Do It Yourself).....	30
Wissen!.....	31

### Impressum

AromaCura UG (haftungsbeschränkt)  
Hohe Straße 85 | D-51149 Köln  
Telefon: +49 (0) 2203 1834705  
E-Mail: [info@aroma-cura.de](mailto:info@aroma-cura.de)

Geschäftsführung: Alessandra Hoffmann  
USt.-IdNr.: DE320729337

Auflagenhöhe: 2.000 Stück  
Stand: August 2021



- Vitamin E-Komplex
- Sekundäre Pflanzenstoffe
- Vitamin B Komplex
- Vitamin A

# Basisöle



100 % naturreine Pflanzenkraft. Ohne Tierversuche und frei von chemischen oder synthetischen Duft-, Farb- und Konservierungsstoffen.

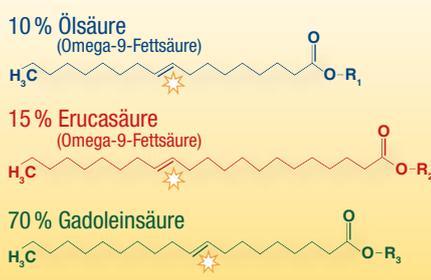
## Jojoba

- Vitamin E-Komplex
- Sekundäre Pflanzenstoffe (Carotinoide, Flavonoide, Phytosterine)



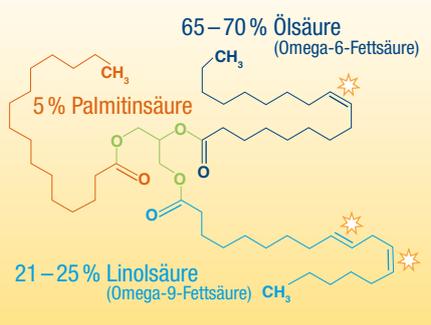
Chemisch gesehen ein flüssiges Wachs. Verwendung auf der Haut wie ein Öl. NICHT ZUR ERNÄHRUNG GEEIGNET!

Besondere Fettsäuren können von Mikroorganismen nicht verstoffwechselt werden.



## Aprikosenkern

- Vitamin E-Komplex
- Vitamin A
- Vitamin B-Komplex

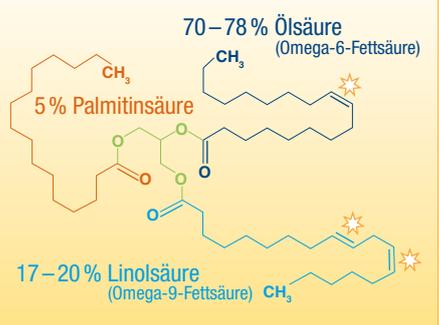


## Mandel

- Vitamin E-Komplex

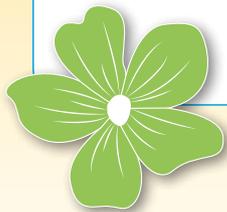


0,4 % α-Linolensäure (essentiell)





# Hautpflege- Basisöle



Wertvolle Pflanzenöle aus schonender Kaltpressung und biologischem Anbau.



Produktname	Wirkung	Anwendung	Größe	Artikelnr.	PZN
<b>Hautöl Jojoba</b>	reguliert Feuchtigkeitshaushalt der Haut, stärkt Bindegewebe durch Vit. E, gibt anderen Ölen Stabilität (Haltbarkeit), unserem Hautfett ähnlich, kein Fettfilm	trockene schuppige Kopfhaut, Neurodermitis	50 ml 100 ml	AC-BÖ-101 AC-BÖ-102	15785389 15785395
<b>Hautöl Aprikosenkern</b>	zieht schnell ein, die Haut wird geschmeidig, aktiviert Hautstoffwechsel, Haut regenerierend, vitalisierend, ...	Sonnenbrand, Haarpflege, Gesichtspflege reifer Haut, präventiv gegen Schwangerschaftsstreifen und Cellulite	50 ml 100 ml	AC-BÖ-103 AC-BÖ-104	15785320 15785337
<b>Hautöl Mandel</b>	leicht wärmend, unterstützt den Feuchtigkeitshaushalt der Haut, Babyhaut/Altershaut, lindert Juckreiz	entzündete Haut, Massageöl, Gesichtspflege bei Augenfältchen, bei rissiger und trockener Haut	50 ml 100 ml	AC-BÖ-105 AC-BÖ-106	15785366 15785372
<b>Hautöl Nachtkerze</b>	positiv ausgleichend auf den Hormonhaushalt durch enthaltene Gamma-Linolensäure, „Erste-Hilfe-Öl“ bei vielen Hautproblemen	Pur oder als Zusatz für Aroma-Pflegemischungen für z. B. Neurodermitis oder als Massageöl bei PMS (prämenstruelles Syndrom – die Tage vor den Tagen).	50 ml	AC-BÖ-107	17576247
<b>Hautöl Wildrose</b>	sorgt für die physiologische Funktion der Zellmembran, aktiviert die Zellteilung, hemmt die Bildung von Hyperkeratosen (vermehrte Verhornung) der Haut	Pur oder als Zusatz für Aroma-Pflegemischungen für z. B. Schuppenflechte, besonders geeignet zur Narbenpflege – auch bei Verhärtungen älterer Narben.	50 ml	AC-BÖ-108	17576230
<b>Sanddornfrucht- fleisch</b>	stark entzündungshemmend, schmerzlindernd, stark antioxidativ, stark haut- und schleimhautregenerierend <b>TIPP: Auf Seite 9 findest Du praktisches Zubehör für die tropfgenaue Dosierung!</b>	Pur bei Aphthen oder Entzündungen der Mundschleimhaut, als Zusatz für Aroma-Pflegemischungen für Strahlenprophylaxe, Sonnenbrand, Verbrennungen, Ekzemen	10 ml	AC-BÖ-109	15785403

**Zusatztipp:** Das Einmischen der Hautöle Nachtkerze oder Wildrose in Jojoba verlängert die Haltbarkeit dieser wertvollen Öle.

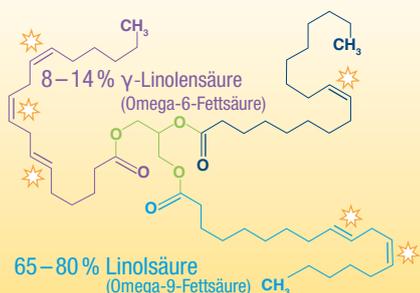
## Nachtkerze

- Vitamin E-Komplex
- Sekundäre Pflanzenstoffe (Carotinoide, Flavonoide, Phytosterine)



Hochwirksam in geringer Dosis!

8–12% Ölsäure (Omega-6-Fettsäure)



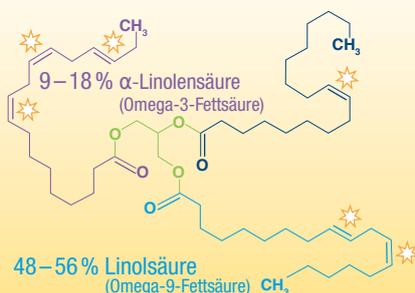
## Wildrose

- Sekundäre Pflanzenstoffe (Carotinoide, Flavonoide, Phytosterine)



Besonders Kraftvoll!

14–18% Ölsäure (Omega-6-Fettsäure)



## Sanddorn- fruchtfleisch

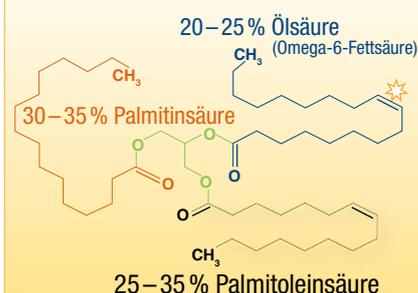
- Vitamin E-Komplex
- Sekundäre Pflanzenstoffe (Carotinoide, Flavonoide, Phytosterine)



**Kraftvoll!**  
Zur Hautpflege: 10 Tr. in 50 ml Hautöl mischen. Auf Schleimhaut pur anwendbar

1,7%  $\alpha$ -Linolensäure essentiell

3% Linolsäure essentiell





## Kokos

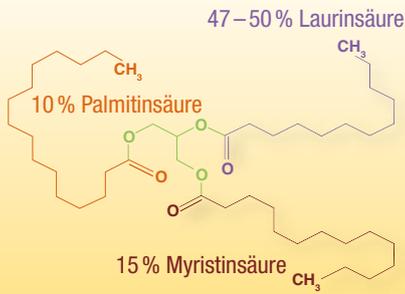
- Vitamin E-Komplex
- Sekundäre Pflanzenstoffe (Carotinoide, Flavonoide, Phytosterine)



Fest bis 10°C, zartschmelzend bei Zimmertemperatur, ab 25°C flüssig.

Laurinsäure entwickelt eine toxische Wirkung auf grampositive Bakterien.

1–2 % Linolsäure essentiell



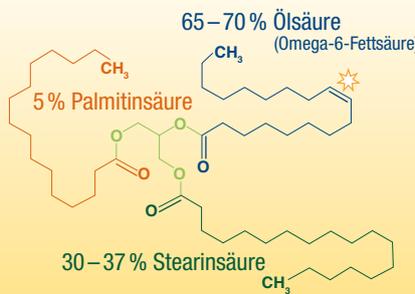
## Kakaobutter

- Vitamin E-Komplex
- Sekundäre Pflanzenstoffe (Sterine)



Schmelzbereich zwischen 31°C und 35°C.

Durch den hohen Anteil an gesättigten Fettsäuren (60 %) gehört die Kakaobutter zu den stabilen Fetten. Dies überträgt sie auch in Kombination mit anderen Ölen, d.h. eigene Pflegeprodukte erhalten eine lange Haltbarkeit.



## Pflanzenöle...

... auch Fette genannt, sind Stoffwechselprodukte der Pflanzen. Sie werden so gut wie von allen Pflanzen in sehr unterschiedlichen Mengen und Zusammensetzungen produziert. Die Pflanzenöle findet man vor allem in Samen und Nüssen – ihrem Nachwuchs, um dem Keimling alles Wichtige zum Erhalten der Art für die Zukunft mitzugeben. Die Öle enthalten nicht nur lebenswichtige Energie, sondern auch wertvolle sekundäre Pflanzenstoffe, welche als Schutzstoffe für die neue Generation dienen.

Durch ihre wertvollen Eigenschaften, welche die einzelnen Pflanzen mitbringen, sind die Pflanzenöle besonders gesundheitsfördernd.

„Nutze die Wunder der Natur!“

Produktname	Wirkung	Anwendung	Größe	Artikelnr.	PZN
Kokosöl	kühlend, hautstabilisierend, hautregenerierend, Haar und Kopfhaut pflegend, zeckenabwehrend, antimikrobiell	entzündete Haut, Hyperkeratosen bei DFS, Stichkanalpflege bei Piercings, Sonnenbrand, Handpflege bei stark irritierter Haut	500 ml	AC-BÖ-110	15875454
Kakaobutter	unterstützt die Wundheilung in der Wundumgebungspflege, pflegt trockene und empfindliche Hautpartien	wichtige Grundlage für Wund- und Heilsalben sowie weitere Pflegemittel, für Baby und Altershaut	250 ml	AC-BÖ-111	–

## Johanniskraut Hautölmazerat

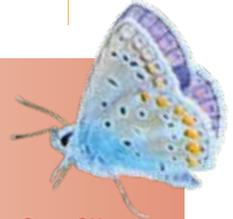
- Vitamin E-Komplex
- Sekundäre Pflanzenstoffe (Carotinoide, Flavonoide, Phytosterine)



### Mazerat – Kaltauszug:

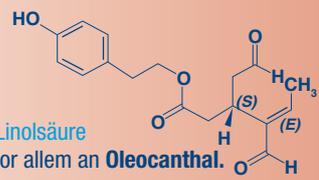
Die Johanniskrautblüten werden in **Olivenöl** eingeweicht. Die Inhaltsstoffe der Johanniskrautblüte lösen sich und vermischen sich mit dem Olivenöl. Das daraus entstehende Hautölmazerat bringt somit zusätzlich die Kraft des Olivenöls mit.

Getrocknete Johanniskrautblüten enthalten bis zu 1,4 % **Hypericin**



### Olivenöl:

75 % Ölsäure, 15 % Palmitinsäure, 10 % Linolsäure  
Reich an **sekundären Pflanzenstoffen** vor allem an **Oleocanthal**.



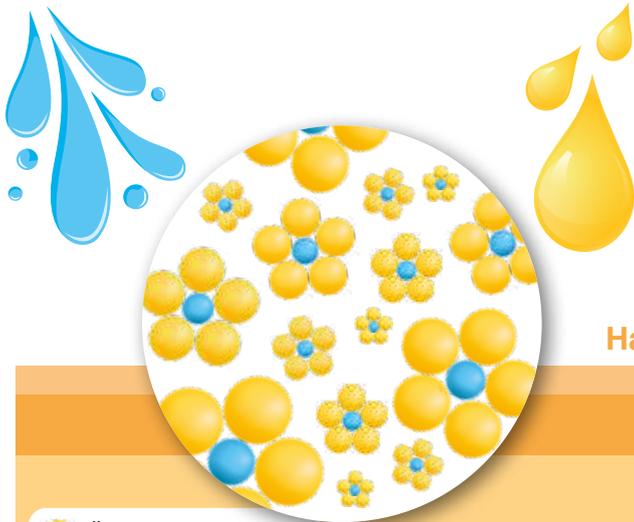
Produktname	Wirkung	Anwendung	Größe	Artikelnr.	PZN
Hautölmazerat Johanniskraut	durchblutungsfördernd, wärmend, schmerzlindernd, wundheilend	Verstauchungen, Prellungen, Muskelkater, oberflächige Hautläsionen, Neuralgie, Ischiasbeschwerden	50 ml	AC-BÖ-112	15885139

# Wie funktioniert die Hautpflege?

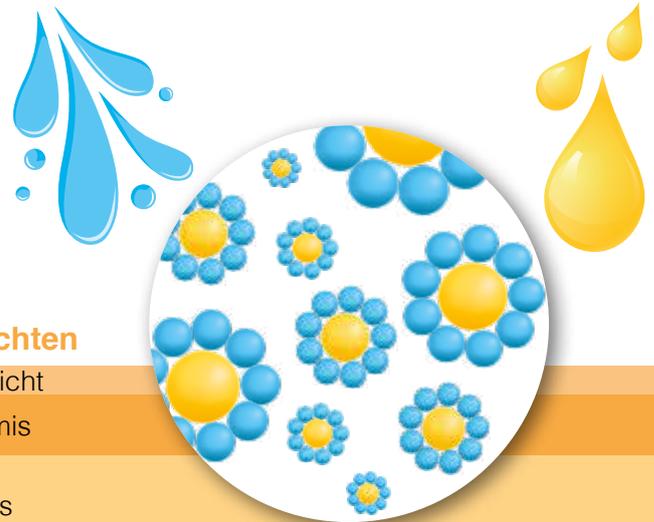
**Wussten Sie, dass der Hauterneuerungsprozess etwa 28 Tage dauert?**

Zudem fehlen uns im Alter, bei Krankheit oder durch Medikamente oft wichtige Substanzen, die wir durch gezielte Hautpflege von außen ersetzen und stabilisieren können.

## Wasser-in-Öl (W/O) Emulsion



## Öl-in-Wasser (O/W) Emulsion



### Hautschichten

Hornschicht

Epidermis

Dermis

Subcutis

● Ölmoleküle  
● Wassermoleküle

Grafik: Wundmanagement Köln  
Inga Hoffmann

## Wie kommt die Pflege in die Haut?

Unsere Haut bildet als größtes Organ die Barriere unseres Organismus zur Außenwelt. Sie besitzt einen Säureschutz- bzw. Hydrolipidmantel mit einem leicht sauren pH-Wert, welcher durch die Schweiß- und Talgdrüsen gebildet wird. Diese haut-eigene Emulsion, die auch vor Austrocknung schützt, versucht man mit Feuchtigkeitscremes zu imitieren. Diese bestehen überwiegend aus Wasser, oft kombiniert mit problematischen (synthetischen) Emulgatoren – man spricht hier von einer „Öl-in-Wasser (O/W) Emulsion“. Dadurch wird die Austrocknung zusätzlich beschleunigt und es entsteht ein unerfreulicher Dochteffekt.

AromaCura empfiehlt daher, ein Basisöl mit einem Hydrolat zu kombinieren und die hauteigenen Emulgatoren zu nutzen. Mit Öl allein kann die Haut nicht viel anfangen. Kommt ein Hydrolat hinzu, entsteht eine natürliche Emulsion, welche die Haut aufnehmen und verwenden kann.

**Das Anfeuchten ist also sehr wichtig. Zu jedem Basisöl gehört ein Hydrolat, damit eine „Wasser-in-Öl (W/O) Emulsion“ mit hauteigenen Emulgatoren entstehen kann.**

Erst die Verbindung von Wasser und Öl mit den körpereigenen Emulgatoren der Haut „Lecithin“ und „Cholesterin“ ermöglichen das Einziehen beider Stoffe in die Haut.



# Richtig dosieren...

AromaCura®



Wissen 1

## Dosiertabelle für ätherische Öle mit Basisölen oder Mazeraten



### Wie viele Tropfen für welche Mischung?

	10 ml	20 ml	30 ml	50 ml	100 ml	
<b>0,5%</b> Körperpflege für empfindliche Haut und Nase, Babys, Kleinkinder, Schwangere, Senioren, Menschen mit Demenz zum Start in die Aromatherapie	1 Tr.	2 Tr.	3 Tr.	5 Tr.	10 Tr.	
<b>1%</b> Hautpflege für die tägliche Körper- und Seelenpflege, Erwachsene und Kinder, Langzeitanwendung möglich	2 Tr.	4 Tr.	6 Tr.	10 Tr.	20 Tr.	
<b>2%</b> Teilkörperanwendung, Massage zur Entspannung/Entstauung, Einreibung z.B. zum Durchatmen, zum Einschlafen, Wundumgebungspflege	4 Tr.	8 Tr.	12 Tr.	20 Tr.	40 Tr.	
<b>3%</b> Punktuelle Massagemischung bei akuten Situationen wie z.B. Muskelkater, Einreibung z.B. Linderung bei Erkältungssymptomen, Wundumgebungspflege bei stark irritierter Haut, <b>keine</b> Langzeitbehandlung	6 Tr.	12 Tr.	18 Tr.	30 Tr.	60 Tr.	

**Höhere Dosierungen werden vom Therapeuten individuell zusammengestellt!**

Hilfreiche Wissenskarten und Rezeptblöcke für Schulungen und die tägliche Praxis, einfach unter: [info@aroma-cura.de](mailto:info@aroma-cura.de) anfordern!



PRIMAVERA®

## AROMAPFLEGE DUFT & BERÜHRUNG WIRKSAM ERLEBEN



MIT 100 % NATURREINEN ÄTHERISCHEN ÖLEN



[www.primaveralife.com](http://www.primaveralife.com)

# Duftgeräte

## Diffuser Air Activ

Das preisgünstige Einsteigermodell.  
Material: Kunststoff  
Höhe: ca. 23 cm  
AC-DG-801



## Diffuser Flower

LED Beleuchtung  
Material: Mundgeblasenes Glas/  
Kunststoff  
Höhe: ca. 24 cm  
Durchmesser: ca. 14 cm  
AC-DG-802



## Diffuser Nature

Mit Farbwechsel  
Material: Glas/Bambus  
Höhe: ca. 16 cm  
Durchmesser: ca. 18,5 cm  
AC-DG-803



PRIMAVERA  
Duftmischungen  
Scan QR-Code



## Duftlampe „Pattern“

Material: Bambus/Keramik  
Höhe: ca. 12,5 cm  
OHNE Teelicht!  
AC-DG-805



## Duftlampe „Round“

Material: Bambus/Keramik  
Höhe: ca. 12,5 cm  
OHNE Teelicht!  
AC-DG-804



## Raumduftstäbchen-Set

7-teiliges Duftstäbchen-Set  
Ein dekorativer Blickfang.  
Material: Rattan  
Länge: ca. 26 cm  
AC-DG-806



## Filzschmetterlinge

Farbenfrohe Anstecknadeln  
zum Beduften.  
Material: Filz  
ca. 6 x 5 cm  
AC-ZU-726



# Zubehör



Praktisches Zubehör  
für DIY-Pflegeprodukte

Produktname	Größe	Artikelnr.
Becherglas	100 ml	AC-ZU-719
Becherglas	250 ml	AC-ZU-720
Blauglasflasche	10 ml	AC-ZU-701
Blauglasflasche	30 ml	AC-ZU-702
Blauglasflasche	50 ml	AC-ZU-703
Blauglasflasche	100 ml	AC-ZU-704
Blauglastiegel	50 ml	AC-ZU-706
Braunglastiegel	30 ml	AC-ZU-707
Feinnebelzerstäuber, Glas	10 ml	AC-ZU-708
Gazin Mullkompressen unsteril, 10 x 10, 8-fach	100 Stk.	AC-ZU-724
Glaspipette	1 Stück	AC-ZU-718
Glastrichter	Ø 8,5 cm	AC-ZU-721
Glasrührstab	1 Stück	AC-ZU-722
Holzspatel	100 Stk.	AC-ZU-723
Inhalator-Stick	1 Stück	AC-ZU-713
Lippenbalsam-Hülsen	1 Stück	AC-ZU-714
Pumpzerstäuber	1 Stück	AC-ZU-712
Rezept-Sammelmappe	1 Stück	AC-ZU-725
Roll-On, Glas	10 ml	AC-ZU-709
Roll-On, Glasflacon	5 ml	AC-ZU-710
Serumflasche	30 ml	AC-ZU-711
Tropfer fein	0,9 mm	AC-ZU-717
Tropfer	1,8 mm	AC-ZU-716
Giessverschluss	6 mm	AC-ZU-705
Zäpfchenform	10 Stück	AC-ZU-715

Beispielabbildungen





# Pflanzenwässer

## ... für eine sanfte Aromatherapie/Aromapflege

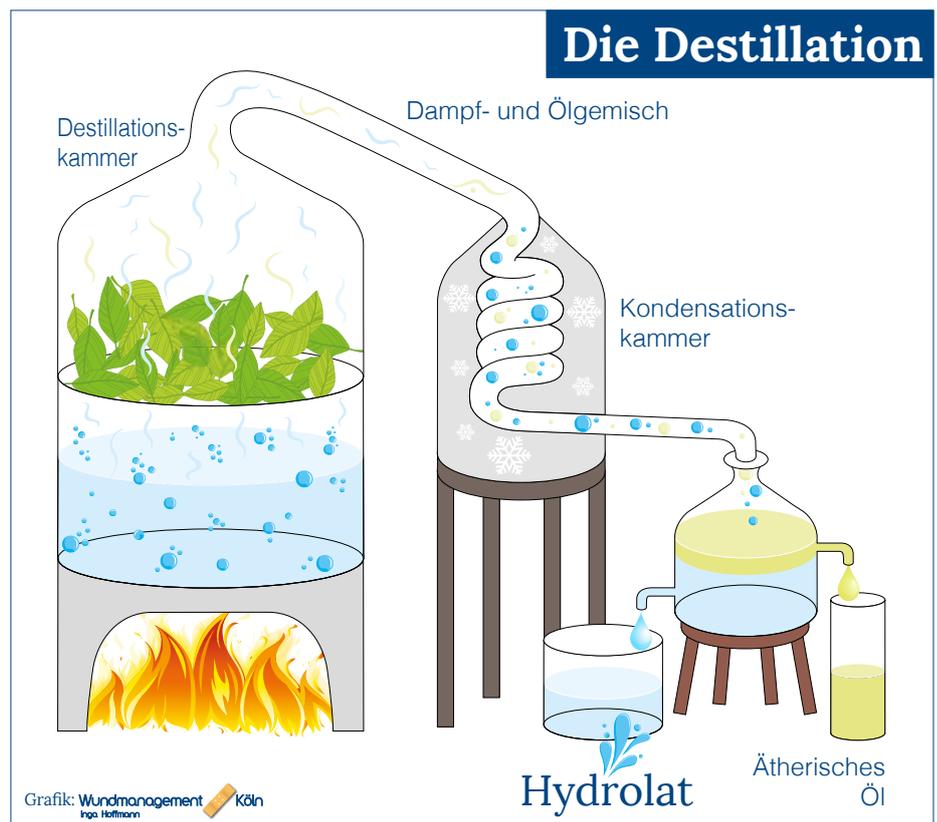
Wir legen unseren Schwerpunkt auf Pflanzenwässer, sogenannte Hydrolate. Der Umgang damit ist leicht und gut in den (Pflege-) Alltag zu integrieren. Unsere Hydrolate entstehen durch Cohobation (mehrfache Wasserdampfdestillation) von Duft- und Heilpflanzen, sind zu 100 % naturrein und OHNE Zusätze, wie z. B. Alkohol.

### Was bedeutet Mehrfachdestillation?

Für jede Destillation wird Wasser benötigt, welches durch Erhitzen den nötigen Wasserdampf erzeugt, um die ätherischen Inhaltsstoffe aus der darüberliegenden Pflanze zu gewinnen. Am Ende jeder Destillation wird das Öl vom Wasser getrennt. Dieses gewonnene Pflanzenwasser, „Hydrolat“, wird nun erneut für die nächste bzw. weitere Destillation verwendet.

### Dadurch werden unsere Hydrolate besonders gehaltvoll und auch haltbarer.

Neben dem geringen Anteil an ätherischem Öl (unter 1%) sind die wasserlöslichen Inhaltsstoffe enthalten. Dies erklärt, warum ein Pflanzenwasser manchmal anders duftet, als wir es von einem ätherischen Öl erwarten oder als wir es aus unserer eigenen abgespeicherten Erinnerung kennen.





# Pflanzenwässer Hydrolate

100 % naturreine Pflanzenkraft,  
gehaltvoll ohne Alkohol

Die positive Wirkung von Hydrolaten ist nach dem einfachen Aufsprühen sofort erlebbar.



## Anwendungsform:

Wenn nichts anderes angegeben ist, das Hydrolat aus ca. 20 cm Abstand auf Gesicht, Dekolleté bzw. die betroffene Stelle sprühen.

**Grundsätzlich gilt:** Das Hydrolat von alleine einziehen lassen und nicht abtrocknen!

Produktname	Größe	Artikelnr.	PZN
Bohnenkraut Hydrolat	100 ml	AC-HY-001	17576313
Calendula Hydrolat	100 ml	AC-HY-002	17576336
Eisenkraut Hydrolat	100 ml	AC-HY-003	17576342
Eukalyptus Hydrolat	100 ml	AC-HY-004	17576359
Immortelle Hydrolat	100 ml	AC-HY-005	17576365

## Bohnenkraut

- aufbauend, ermutigend

Satureja montana



### Mögliche Anwendungsgebiete:

- Handinhalierspray zum Aufbauen und Ermutigen nach schwerer Krankheit
- Gesichtsspray bei entzündlichen Unreinheiten
- reguliert die Talgproduktion
- Prävention Pilzentzündungen im Genitalbereich
- Rachenspülung bei MRSA
- antiseptisch
- ...

## Calendula

- beruhigend

Calendula officinalis



### Mögliche Anwendungsgebiete:

- abschwellend, adstringierend, entzündungshemmend, antibakteriell, antiseptisch
- empfindliche Haut
- Wundumgebungspflege
- Akne
- lymphflussanregend (gezielt auf Lymphe sprühen)
- Mundwasser (als Zusatz)
- ...

## Eisenkraut

- ausgleichend, entspannend, beruhigend, neuroprotektiv

Verbena officinalis



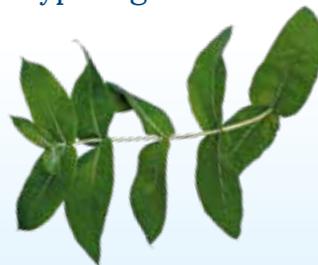
### Mögliche Anwendungsgebiete:

- Handinhalierspray zum Beruhigen
- unruhige Kinder (ADHS)
- Stress und Erschöpfung
- unruhiger Schlaf
- Menstruationsbeschwerden
- lindert Zahnfleischbluten
- beugt Pilzinfektionen vor
- ...

## Eukalyptus

- anregend, aufmunternd, belebend, erfrischend, klärend

Eukalyptus globulus



### Mögliche Anwendungsgebiete:

- Körperspray in der Erkältungszeit
- Nacken-/Muskelverspannung
- belebt Kopf, Geist, Füße und Beine
- Fiebersenkende Wadenwickel
- Vitalität, Klarheit, geistige Erfrischung
- Raumdeodorant
- reinigend, entfettend, tonisierend
- ...

## Immortelle

- ausgleichend, aufbauend, antidepressiv, entspannend, beruhigend

Helichrysum italicum



### Mögliche Anwendungsgebiete:

- Trauma, Prellung, Hämatom bei Mensch und Tier
- stumpfe Verletzung am Auge (Augenkomresse)
- zahnärztliche Behandlung (gurgeln!)
- starke/schmerzhafte Menstruationsblutungen
- After-Sun-Spray
- gereizte Haut nach Haarentfernung
- ...

## Johanniskraut

- stimmungsaufhellend, persönlichkeitsstärkend, antidepressiv



*Hypericum perforatum*



### Mögliche Anwendungsgebiete:

- Winterdepression
- emotionale Belastungen
- juckende, poröse, rissige Haut
- Gesichtereinigung (gut für Haut und Seele)
- Vaginalspray, sanft desinfizierend, ohne zu brennen
- Einschlafhilfe (Kissen einsprühen)
- Anti-Ärger-Gesichtsspray
- ...

## Kornblume

- leicht beruhigend bei Reizbarkeit



*Cyanus segetum*

früher gebräuchlich: *Gentaurea cyanus*



### Mögliche Anwendungsgebiete:

- Bindehautentzündung und müde, trockene Computer-/Fernsehagen (getränkte Augenkomresse auf geschlossenes Lid legen)
- Gesichtswasser
- Hitzewallungen
- Haarpflege (wirkt Schuppenbildung entgegen)
- sonniges Gefühl auf der Haut
- ...

## Lavendel

- beruhigend bei Nervösität und Stress



*Lavandula Latifolia*

(Speiklavendel)



### Mögliche Anwendungsgebiete:

- Hitzewallungen
- Gesichtswasser
- Akne, leichte Rasurverletzungen
- Zusatz für Deos
- Babypflege (sanftes Reinigungsmittel)
- ...

Produktname	Größe	Artikelnr.	PZN
Johanniskraut Hydrolat	100 ml	AC-HY-006	17576371
Kornblume Hydrolat	100 ml	AC-HY-007	17576388
Lavendel Hydrolat	100 ml	AC-HY-008	17576394
Lorbeer Hydrolat	100 ml	AC-HY-009	17576402
Majoran Hydrolat	100 ml	AC-HY-010	17576419
Melisse Hydrolat	100 ml	AC-HY-011	17576425

**AromaCura Corona-Tipp:**  
Wirkungsvolle Hilfe zur Corona-Prävention:  
Leicht auf Mund-/Nasenschutz (MNS) aufsprühen, NICHT DURCHFUCHTEN!  
Antibakteriell, antiviral, fungizid, entzündungshemmend, Immunsystem stärkend



## Minze

- klarer Kopf, aufrichtend, erfrischend



*Mentha spicata var. crispa*



### Mögliche Anwendungsgebiete:

- juckende Haut
- Insektenstiche (Tipp: Eiswürfel)
- Mundgeruch (gurgeln!)
- Kühlung und Symptomlinderung im Mundraum: Eiswürfel lutschen
- Östrogentherapie oder in der Zeit des Klimakteriums
- Wadenwickel (als Zusatz)
- Blähungen und Reizdarm
- ...

## Orangenschalen

- aufmunternd, erheiternd



*Citrus sinensis*



### Mögliche Anwendungsgebiete:

- hebt die Stimmung, belebt, befreit
- antioxidativ
- als Gesichtsspray oder über den Diffuser inhalieren
- Fell und Gefiederpflege bei Milbenbefall
- ...

## Rose

- harmonisierend, ausgleichend, stabilisierend



*Rosa noisette*



### Mögliche Anwendungsgebiete:

- Bindehautentzündung (Konjunktivitis) oder müde, trockene Augen (getränkte Komresse auf geschlossenes Lid legen)
- Hitzewallungen
- Windeldermatitis bei Säuglingen
- Wadenwickel (Zusatz)
- Vorbehandlung bei Körperpflege mit Basisölen
- ...

## Lorbeer

- angstlösend, ausgleichend, stärkend, stabilisierend



Laurus nobilis



### Mögliche Anwendungsgebiete:

- Lymphentlastung (auf Kompressionsstrümpfe und/oder Beine sprühen)
- geschwollener Lymphknoten (getränkte Kompressen)
- Muskelverspannungen
- rheumatische Beschwerden
- Haarausfall (in die Kopfhaut einmassieren)
- unterstützt das Immunsystem nach Impfungen
- ...

## Majoran

- entspannend, aufmunternd, appetitanregend



Origanum majorana



### Mögliche Anwendungsgebiete:

- Muskelbeschwerden
- Erwartungsängste
- Angst-Blutdruck
- Zahnfleischbluten
- Kopfschmerzen
- rheumatische Beschwerden bei Mensch und Tier
- ...

## Melisse

- angstlösend, ausgleichend, stimmungsaufhellend, belebend



Melissa officinalis



### Mögliche Anwendungsgebiete:

- Gürtelrose (Herpes zoster)
- Venenentzündung (Phlebitis)
- Hand-Fuß-Syndrom (1:1 mit Rosenhydrolat gemischt)
- Ausschläge im Genital- und Analbereich
- Halsschmerzen oder Fieberbläschen (gurgeln!)
- trockene Schleimhäute
- Schwellung durch entzündete Insektenstiche
- ...

Produktname	Größe	Artikelnr.	PZN
Minze Hydrolat	100 ml	AC-HY-012	15875193
Orangenschalen Hydrolat	100 ml	AC-HY-013	17576431
Rose Hydrolat	100 ml	AC-HY-014	15875193
Rosmarin Hydrolat	100 ml	AC-HY-015	15785432
Salbei Hydrolat	100 ml	AC-HY-016	17576454
Wilde Möhre Hydrolat	100 ml	AC-HY-017	17576460

**Eine hilfreiche Kurzübersicht über Hydrolat-Anwendungsbeispiele findest Du auf unserer Webseite!**

Scan QR-Code →



## Rosmarin

- Anti-Demenz-Wirkung, gedächtnisstärkend, belebend



Salvia rosmarinus

früher gebräuchlich: Rosmarinus officinalis



### Mögliche Anwendungsgebiete:

- regt die Durchblutung an bei niedrigem Blutdruck
- verschleimte Atemwege, Erkältung (Inhalationszusatz)
- chronisch kalte Füße
- menstruationsfördernd (z. B. getränkte Bauchwickel)
- ...

## Salbei

- fördert die Kreativität und Konzentration für präzise klare Worte



Salvia officinalis



### Mögliche Anwendungsgebiete:

- Mundspülung wirkt antibakteriell und antiviral
- Gesichtsspray bei unreiner Haut
- übermäßiges Schwitzen
- Haar- und Kopfhautpflege bei fettigem Haar
- Erkältungsbeschwerden
- ....

## Wilde Möhre

- seelisch ausgleichend



Daucus carota subsp. carota



### Mögliche Anwendungsgebiete:

- Schuppenflechte
- Neurodermitis
- beruhigt, stabilisiert irritierte Haut
- reife Haut
- vitalisierend
- ...



# Hautpflege

## Unsere Haut – das Superorgan

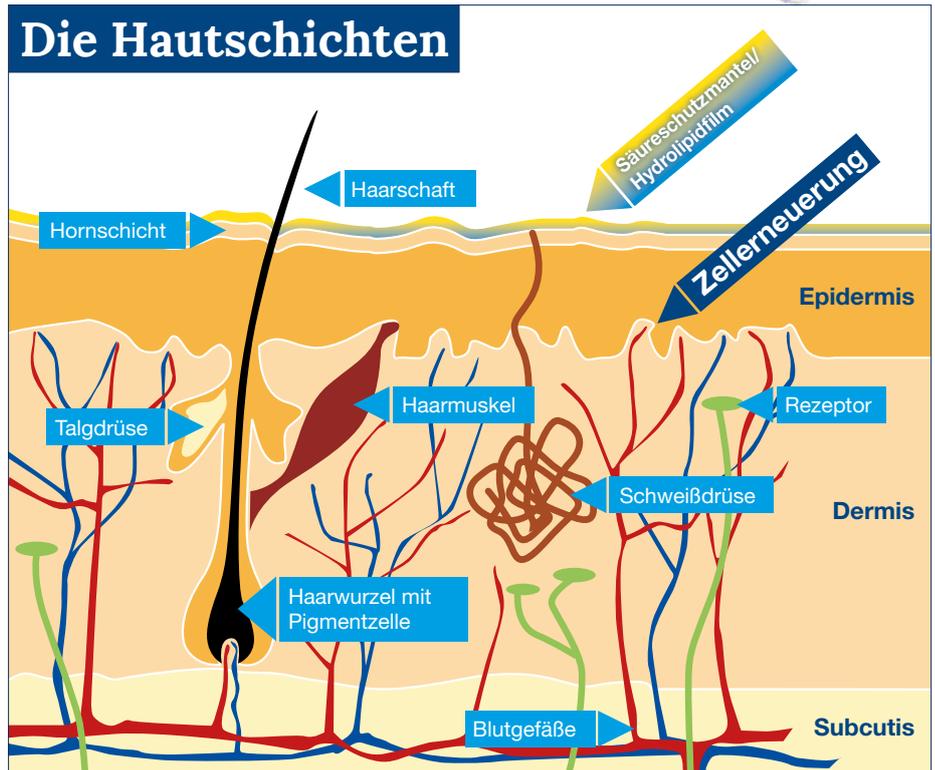


**Die Haut ist mit über 2m<sup>2</sup> das größte Organ des Körpers.**

- Zuggewicht 90 kg pro cm<sup>2</sup>
- 2,5 Mio. Schweißdrüsen
- Schutzfilm pH5,7
- Blutgefäßsystem 240 km
- Hauterneuerungsprozess dauert durchschnittlich 28 Tage

**Die Aufgaben der Haut sind:**

- Schutz vor Sonnenstrahlen, Bakterien, Flüssigkeiten und Chemikalien
- Reguliert den Wärme- /Kältehaushalt
- Flüssigkeitsschutz (Schutz vor Austrocknung)
- Immunfunktion und Infektabwehr
- Sinnesorgan als Alarmauslöser u.m.
- Speicherfunktion



# EMPFEHLUNG



Wir haben sehr gute Erfahrung bei der Rückbildung von Hyperkeratosen, ein typisches Problem beim DFS Diabetischen Fuß Syndrom – die Haut wird sichtbar und fühlbar geschmeidig. Dieser Effekt vermeidet die Entstehung von Wunden.

# Kokos-Aprikose

- Reich an regenerierenden Vitalstoffen sowie sekundären Pflanzenstoffen.

Gezielte Haut- und Wundumgebungspflege!



Die Basis für den AromaCura Hautbalsam bildet natives Kokosöl. In Kombination mit Bienenwachs stabilisiert es die wertvollen ungesättigten Fettsäuren des Aprikosenöls. Durch die zellerneuernden Eigenschaften wird regenerationsbedürftige Haut intensiv gepflegt.

# Hautbalsame

Produktname	Wirkung	Anwendung	Größe	Artikelnr.	PZN
<b>Hautbalsam Kokos-Aprikose</b>	atmungsaktiver Balsam, schützt vor Kälte und Austrocknung, verbessert den Eigenschutz der Haut vor intensiven Sonnenstrahlen	natürliche Pflege für Haut, Haar, Kopfhaut, Gesicht und Lippen, Tages- und Nachtpflege, von Natur aus zart duftend.	50 ml	AC-HP-201	15785449
<b>Hautbalsam Amber</b>	betörender Duft von Amber und Kokos-Kakaobutter, stärkt und pflegt die Haut, „Wohlfühl-Hautbalsam“	wertvolle Haut- und Narbenpflege durch die zarte Streichfähigkeit der Kakaobutter	50 ml	AC-HP-202	17576276

## Narbenpflege ist Seelenpflege



**Für alle Balsame gilt:**  
Fest bis 10°C,  
zartschmelzend bei Zimmertemperatur,  
ab 25°C flüssig.

## Amber



Der sagenumwobene Duft von Amber geht im Ursprung auf eine wachsartige Substanz zurück, die aus dem Verdauungstrakt der Pottwale gewonnen wurde. Heute ist Amber eine typische ätherische Ölmischung aus orientalischen Düften. Luxusparfüms werden bereits seit dem 19. Jahrhundert damit hergestellt.



## Erntefrische Lavendelblüten – eine wertvolle Pflege aus der Natur...



Kühlende und erfrischende Körperwaschungen in warmem oder kühlem Wasser sorgen an heißen Tagen für Abkühlung, Entspannung und Entstauung müder Beine.

Als Badezusatz wirkt der Lavendel-Essig beruhigend, harmonisierend, antimikrobiell und wohltuend auf Haut und Haar. Wir empfehlen 1 x im Monat 80 ml auf ein Vollbad.



Produktname	Größe	Artikelnr.
Lavendel Essig	250ml	AC-HP-203

## Natürlich gegen Fieber... Körper- und Teilwaschung



Eine Waschung (oder Wadenwickel) mit Lavendel-Essig hilft bei Fieber oder erhöhter Temperatur. Zudem wird bei einer Waschung der natürliche Säureschutzmantel der Haut unterstützt. Wohltuend durch die beruhigende, harmonisierende und auch antimikrobielle Wirkung des Lavendels ist eine Körperwaschung auch gut in der Palliativpflege geeignet.

### Und so wird es gemacht...

→ 4–5 Esslöffel Lavendel-Essig auf 4 Liter Wasser geben. Körperwaschung: Von Armen über Brust, Bauch, Rücken, Beine zu den Füßen abwaschen.



### Fußbad

2–3 Esslöffel auf 2 Liter für ein kaltes Fußbad verhelfen an heißen Tagen zu einer erfrischenden Abkühlung. Dagegen sorgt ein warmes Fußbad für Entspannung und Entstauung müder Beine.

## EMPFEHLUNG

## KÖLNER PFLEGEDIENST



Robert Tischner



Die Körperteilwaschung ist gerade in der Palliativpflege eine schöne Maßnahme, die für die Betroffenen nicht zu anstrengend ist.

Der Lavendel-Essig erfrischt, entspannt, harmonisiert und bringt Ruhe in diese unruhige, rastlose Zeit.



### Haarpflege

1 Teil Lavendel-Essig auf 2 Teile Wasser für eine Haarspülung löst Schuppen, lindert Beschwerden bei Schuppenflechte, macht das Haar geschmeidig und verhilft ihm zu neuem Glanz.

# Lippenbalsam MIT PROPOLIS



Ohne Erdölderivate

Frei von synthetischen  
Duftstoffen, Parabenen  
und Mineralöl!



# Lippenpflege mit Propolis

## Natürliche Pflege für zarte und geschmeidige Lippen

Propolis, auch Bienenkittharz genannt, wird von Bienen produziert und hat eine ausgeprägte antibiotische, antivirale und antimykotische Wirkung. Es gilt als das stärkste natürliche Antibiotikum. Daher wird Propolis schon seit der Antike bis heute in der Medizin verwendet. Studien bestätigen folgende Wirkungen:

- Antibiotische Wirkung gegenüber pathogenen Keimen, explizit ausgewiesen sind Staphylococcus aureus und Salmonella enteritis
- Antientzündlich, wundheilungsfördernd und immunstimulierend
- Antioxidative Effekte, Reduktion von freien Radikalen
- Antidepressive Wirkung

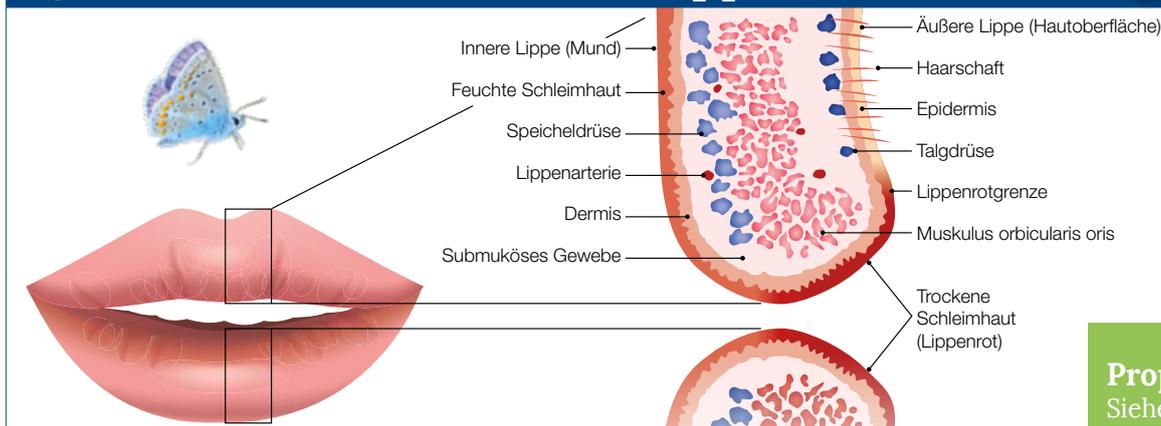
**Die Propolis im AromaCura Lippenbalsam lindert also auch Beschwerden bereits geschädigter Lippen und schützt diese vor Infektionen.**

Die weiteren Inhaltsstoffe sorgen für ein angenehmes Lippengefühl.

Produktname	Stück	Größe	Artikelnr.	PZN
Lippenbalsam	1	4,8g	AC-HP-204	15391638
Lippenbalsam	5		AC-HP-205	



## Querschnitt durch die Oberlippe



**Propolis Tipp:**  
Siehe auch Seite 21,  
AromaCura Propolis.





Lavendel, Mandel, Rose,  
Melisse, Sandelholz



**Frei von Mikroplastik – für unsere Meere und den Klimaschutz**

Aus reinem, kaltgepresstem „Virgin Coconut Oil“ entstehen unsere sanft rückfettenden und cremig schäumenden Seifen. Die wertvollen Inhaltsstoffe und die Anteile pflegenden Öls bleiben durch das traditionelle Kaltrührverfahren erhalten. Bei der Herstellung wird vollständig auf synthetische Duft-, Farb- und Konservierungsstoffe verzichtet.

Konventionelle Seifen, insbesondere Flüssigseifen, enthalten oft diese schädlichen Zutaten. Damit schaden wir nicht nur unserer Haut und unseren Haaren, sondern zerstören durch z.B. Silikon, Stabilisatoren, etc. auch unsere Umwelt. Alle unsere Seifen sind vegan und wurden nicht an Tieren getestet!

**Auch zu diesem interessanten Thema gibt es einen Blog von Alessandra Hoffmann auf unserer Webseite.**

Scan QR-Code ➔



Produktname	Wirkung	Anwendung	Größe	Artikelnr.
<b>Lavendelseife</b>	Der besondere Duft des Lavendels wirkt ausgleichend, beruhigend und stärkend.	Haut und Haar	100 g	AC-HP-206
<b>Mandelseife</b>	Der warme zarte Mandelduft umhüllt die Sinne und wirkt aufbauend und harmonisierend.	Haut und Haar	100 g	AC-HP-207
<b>Melisse</b>	Der spritzige Melissenduft wirkt stimmungsaufhellend, stärkend und belebend.	Haut und Haar	100 g	AC-HP-208
<b>Rosenseife</b>	Der blumige Duft der Rose weckt die Sinne und wirkt aufhellend und stabilisierend.	Haut und Haar	100 g	AC-HP-209
<b>Sandelholzseife</b>	Der märchenhafte Duft von Sandelholz wirkt tonisierend, erwärmend und entspannend.	Haut und Haar	100 g	AC-HP-210



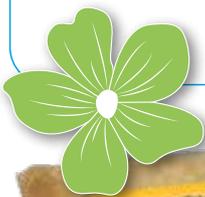
**NaturKosmetik**  
100 % naturreine  
Pflanzenkraft



# Bee Happy

AromaCura<sup>®</sup>

## Bienenwachs Pastillen



**Von fleißigen Bienen auf natürliche Weise produziert.**

Die praktische Pastillenform lässt sich gut dosieren und eignet sich ideal für Bienenwachstücher/Bienenwachswickel und eine Vielzahl von DIY Aromapflegeprodukten wie Salben, Lippenbalsam u.v.m. Die Pastillen schmelzen bei 62 – 66 Grad und sind kühl, trocken und lichtgeschützt zu lagern.

Bienenwachs ist ein natürlicher Rohstoff, den die Bienen aus Ihren Wachsdrüsen „ausschwitzten“. Sie benutzen den Wachs zum bauen ihrer Waben, in denen der Nektar und der fertige Honig, aber auch die neue Brut und Pollen gelagert werden.

Bienenwachs als Naturstoff für Kosmetik ist besonders wertvoll, da viel Carotin (Provitamin A) enthalten ist. Dieses Vitamin unterstützt die Zellregeneration und sorgt für eine straffe und elastische Haut.

Produktname	Größe	Artikelnr.
<b>Bienenwachs Pastillen klein</b>	100g	AC-BH-401
<b>Bienenwachs Pastillen groß</b>	500g	AC-BH-402



# „Ubi apis, ibi salus.“

Wo Bienen sind, dort ist Gesundheit.



## AromaCura<sup>®</sup>

# Propolis



**Propolis Tipp:**  
Auf Seite 17 findest Du den  
AromaCura Lippenbalsam  
mit Propolis.



### Propolis, auch Bienenkittharz genannt, wird von Bienen produziert.

Bienen sammeln Harz aus Nadelhölzern oder von Baumknospen und verstauen das harzige Wachs in ihren Pollenkörbchen. Im Stock mischen sie es mit Wachs und Blütenpollen und nutzen es zur Abdichtung und zum Schutz vor Krankheiten im Bienenstock. Diese Zusammensetzung ermöglicht es, im Bienenstock über das ganze Jahr die Temperatur und die Luftfeuchtigkeit stabil zu halten. Bei dem Nährstoffangebot kann es leicht zur Ausbreitung von Bakterien, Viren oder Pilzen kommen. Propolis hat eine ausgeprägte antibakterielle, antivirale und antimykotische Wirkung. Sie gilt als starkes natürliches Antibiotikum. Daher wird Propolis schon seit der Antike bis heute in der Medizin verwendet.



Produktname	Größe	Artikelnr.
Propolis - Tinktur	20 ml	AC-BH-403
Propolis - Lösung	20 ml	AC-BH-404

# Für dein naturnahes Leben!

Finde deine wilden Kräuter und erschaffe deine eigenen Handarbeitsprojekte.

Die Zeitschrift Lavendelo erzählt wahre Geschichten von Schaffer\*innen und mutigen Umdenker\*innen. Zum Mitdenken und Nachmachen.

Sei mit uns ganz nah draußen.

[www.lavendelo.de](http://www.lavendelo.de)

**Angebot**

drei bezahlen  
& **4** Zeitschriften  
erhalten!

Angebot  
Code: *lavendelo-2021*

Gib den Code bei der Bestellung eines Jahresabos oder Geschenkabos im Warenkorb im Feld „Gutscheincode“ ein und dein Abo kostet statt 30,00 Euro nur 22,50 – zzgl. Versandkosten.

AromaCura

**Bienenweide**

Veitshöchheimer Saat  
neu komponiert

...schenke auch den  
Bienen und Insekten  
Gesundheit

**Blühfreudig** –  
reich an Nektar und Pollen  
von April bis November.

Ein paar Quadratmeter der AromaCura Bienenweide können ein Paradies für Artenreichtum sein. Damit die Saat gut angeht ist eine flache Ablage wichtig, denn die Pflanzen sind Lichtkeimer. Idealer Aussaattermin ist April bis Ende Mai. Außerdem ist sie reich an Heilpflanzen wie Ringelblume, Fenchel, Kamille, Schafgarbe, Johanniskraut und vielen weiteren. Johanniskraut ist zu Recht die Heilpflanze des Jahres 2019.

Wir wünschen Euch viel Freude bei der Aussaat. Das Beobachten des Wachstums der Pflanzen wird genauso spannend sein, wie der Ansturm der Bienen und Insekten.

Produktname	Stück	Größe	Artikelnr.
Bienenweide	1	1 g	AC-BH-405
Bienenweide	5		AC-BH-406

...schenke auch den  
Bienen und Insekten Gesundheit

Saatstärke 1gr/m<sup>2</sup> • Inhalt reicht für 10m<sup>2</sup>

# AromaCura®

## Venen & Lymph Tee



DE-ÖKO-039



2-3 Tassen pro Tag unterstützen die **Ödemrückbildung**, steigern die **Mikrozirkulation** und fördern die **Zellregeneration**.

Produktname	Größe	Artikelnr.	PZN
Venen & Lymph Tee klein	50 g	AC-GE-301	15318185
Venen & Lymph Tee groß	500 g	AC-GE-302	15318162
<b>Geschenkset</b> 1 Venen & Lymphtee 50 g + 1 Teetasse „Shira“		AC-GS-901	–
<b>Teetasse Shira</b>	1 Stück	AC-GS-910	–
	5 Stück	AC-GS-911	–



...als komplementäre und unterstützende Therapieform

## Die kleine Kräuterkunde



**Buchweizenkraut** verbessert die Mikrozirkulation, ist ödemrückbildend und besitzt antioxidative Eigenschaften.



**Ringelblumenblüte** wirkt entzündlich und antiödematös und ist antimikrobiell gegen Bakterien und Pilze.



**Schafgarbe** enthält Kalium, das die Nierentätigkeit anregt und ätherisches Öl, das antiphlogistisch, antibakteriell und antimykotisch wirkt, um chronisch entzündliche Prozesse zu unterbrechen.



**Stiefmütterchenkraut** enthält Salicylsäure und Schleimstoffe. Diese haben antiphlogistische, kortisonähnliche sowie antioxidative Eigenschaften und führen bei verschiedenen dermatologischen Erkrankungen zu einer Symptomlinderung.



**Kornblume** hat eine leicht diuretische Eigenschaft. Die enthaltenen Anthocyane wirken antioxidativ und antibakteriell. Den oberirdischen Pflanzenteilen (ohne Blüte) wurde eine antibiotische Wirkung nachgewiesen.



**Sanddornbeere** ist reich an Vitamin C. Die Ascorbinsäure gilt auch als Radikalfänger. Karotinoide und  $\alpha$ -Linolensäure wirken hautpflegend und hautregenerierend.

Buchweizen  
Honig

Hoher Anteil an  
Vitaminen, Mineralien  
und Antioxidantien!



# Gesunde Ernährung



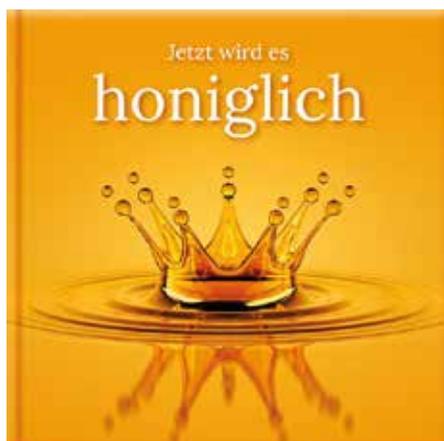
## Buchweizen-Honig – geprüft und zertifiziert

wird aus dem Nektar des Buchweizens Fagopyrum gewonnen. Im Buchweizenkraut steckt ein hoher Anteil an Flavonoiden. Diese wirken ödemrückbildend und entzündungshemmend. Flavonoide zählen zu den Antioxidantien, welche vor Krankheiten durch Umwelteinflüsse schützen können. Zusätzlich verfügt der Buchweizen-Honig über natürliche Inhaltsstoffe, die nachweislich antimikrobiell aber auch immunstärkend wirken.

### ...übrigens:

Der Buchweizen-Honig reinigt auch sanft die Haut, die antioxidative Eigenschaft schützt vor freien Radikalen und dient in einigen Rezepttipps zusätzlich als Emulgator für Aromapflege/Aromatherapie.

Produktname	Größe	Artikelnr.
<b>Buchweizen Honig klein</b>	250g	AC-GE-303
<b>Buchweizen-Honig groß</b>	500g	AC-GE-304
<b>Geschenkset</b>		
1 Buchweizen-Honig 250g + 1 Buch „Jetzt wird es honiglich“		AC-GS-903



## LITERATUR TIPP!

Naturprodukte, fairer Handel und Nachhaltigkeit für unseren Planeten liegen uns am Herzen. Buchweizen-Honig ist sowohl medizinisch als auch kulinarisch einsetzbar und somit ein wahres Wunder der Natur. In diesem Buch erklärt Euch Inga Hoffmann-Tischner die Eigenschaften von Buchweizen-Honig und zeigt Euch anhand von zahlreichen Rezeptvorschlägen, wie schmackhaft und hilfreich der Buchweizen-Honig ist. Freu Dich auf weitere Rezeptideen der Gastautoren: Sabrina Herber, Maria Pawelski, Patrick Jabs, Judith Weingarten, Sabine Möbius und Tanja Kapell.



Produktname	Größe	Artikelnr.
<b>Jetzt wird es honiglich</b>	1 Buch	AC-LIT-601



# Hagebutten Pulver

Rosa Canina  
Rosa Rubiginosa

## Hagebutte – Frucht der Wildrosen

**Reduziert Schmerzen am Bewegungsapparat**



In zwei placebokontrollierten Doppelblindstudien konnte die Wirksamkeit entzündungshemmender Galaktolipide nachgewiesen werden. Galaktolipide sind eine Verbindung aus Galaktose, Glycerin und Fettsäuren und können durch die Reduzierung von Entzündungsreaktionen im Körper, Schmerzen am Bewegungsapparat reduzieren. Die Anwendungsdauer für Arthritis, Arthrose oder z. B. rheumatischen Gelenkschmerzen liegt bei mindestens 28 Tagen, damit dauerhaft eine Verbesserung der Beweglichkeit durch die anti-phlogistische und antioxidative Wirkung erreicht werden kann. Klassische Schmerzmittel können reduziert oder ganz weggelassen werden. Es gibt Hinweise auf eine Unterstützung des Immunsystems, die Reduktion der LDL- und Cholesterinwerte, welche im Zusammenhang mit Gefäßerkrankungen und Herzinfarkt genannt werden. Weitere Inhaltsstoffe wirken sich positiv auf Erkrankungen des Verdauungstraktes und der ableitenden Harnwege aus.

→ Genieße täglich einen Teelöffel (TL) Pulver in einer Tasse warmem Wasser, nach Wunsch mit einem halben TL Buchweizen-Honig oder im Müsli, Smoothie, Joghurt, Shake oder im Tee.



DE-ÖKO-039

Produktname	Größe	Artikelnr.
Hagebutten Pulver	500 g	AC-GE-305
Kurkuma Pulver	500 g	AC-GE-306



# Kurkuma Pulver

Curcuma longa

## Kurkuma

Von der Kurkuma, auch Gelbwurz oder Safranwurzel genannt, einem Ingwergewächs, wird der Wurzelstock zur Herstellung des Pulvers verwendet, welches das wertvolle Curcumin enthält.



**Curcumin wirkt antientzündlich**

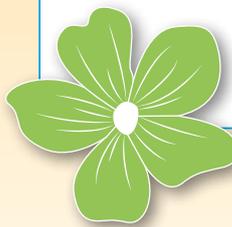


**Curcumin statt Kortison?** Viele Forschungsergebnisse und Publikationen beweisen die Wirkung der Curcuminolide. Traditionell wird das goldfarbene Gewürz als Pulver oder geraspelt seit dem Altertum in der ayurvedischen Heilkunde bei Magen-Darm-Erkrankungen eingesetzt. Studien zufolge hat Curcumin leberschützende, antioxidative, tumorhemmende, antimikrobielle und eben die kortisonähnlichen, antiphlogistischen Wirkungen. Die antiinflammatorische Wirkung des Curcumin kann genutzt werden aber ohne die Nebenwirkungen des Kortison. Curcumin beeinflusst ein Protein, welches in bestimmten weißen Blutkörperchen (Makrophagen) eine überschießende Reaktion des Immunsystems (z.B. bei Allergie) verhindert. Anwendungsbereiche sind auch chronisch-entzündliche Erkrankungen wie Colitis ulcerosa, Arthrose, Rheuma etc. Es gibt Hinweise auf positive Wirkungen bei Diabetes mellitus, Demenz und Alzheimer.

→ Genieße täglich bis zu 3 g Pulver als Tee, Gewürz zur Verfeinerung Deiner Speisen, im Smoothie oder besonders empfehlenswert: als ayurvedische „Goldene Milch“ (Vorsicht, macht süchtig 😊)

# Vitalöle

native Pflanzenöle  
aus Kaltpressung




Gesund durch den Tag...



Produktname	Größe	Artikelnr.
Hanföl	250 ml	AC-GE-307
Olivenöl	250 ml	AC-GE-308
Schwarzkümmelöl	250 ml	AC-GE-309
Omega DHA Öl	250 ml	AC-GE-310

**Eure Nahrungsmittel sollen eure Heilmittel sein und eure Heilmittel sollen eure Nahrungsmittel sein.**

Hippokrates von Kos, griechischer Arzt  
(460 - etwa 377 v. Chr.)



## Hanf

- Vitamin E-Komplex
- Sekundäre Pflanzenstoffe  
(Carotinoide, Flavonoide, Phytosterine)



Cannabis sativa

### Wirkung:

Wirkt sich positiv auf den Hormonhaushalt, Blutdruck und Cholesterinspiegel aus, unterstützt das Gehirn und das Nervensystem in seiner Funktion.

### Mögliche Anwendungsgebiete:

Nussig, wohlschmeckend, ideal für Dressings, Dips, Marinaden, Müsli, Joghurts. Nicht zum Braten geeignet!



## Oliven

- Vitamin A
- Sekundäre Pflanzenstoffe  
(Carotinoide, Flavonoide, Phytosterine)



aus Italien

### Wirkung:

Der natürliche Inhaltsstoff Oleocanthal im Olivenöl ist ein Spezialist gegen Schmerzen und Entzündungen. Es ist wärmend und hat zudem eine leicht abführende und galltreibende Wirkung.

### Mögliche Anwendungsgebiete:

Vollmundiger und fruchtiger Geschmack für Ihre Gesundheit. Zum Dünsten und Kurzbraten geeignet!



## Schwarzkümmel

- Vitamin B-Komplex
- Vitamin E-Komplex
- Vitamin C-Komplex



Nigella sativa

### Wirkung:

Besonders hoher Anteil an ätherischen Ölen, zwischen 0,5 g – 2,5 g pro 100g je nach Erntejahr/Bedingungen. Das enthaltene Thymochinon gilt als antikanzerogen.

### Mögliche Anwendungsgebiete:

Kräftiger und intensiver Geschmack für Ihre Gesundheit. Pur, kalt und heiß verwendbar. Nicht zum Braten geeignet!



## Omega DHA Leindotter- und Walnussöl

Das Omega DHA Leindotter- und Walnussöl enthält Docosahexaensäure (DHA), ein Inhaltsstoff aus der Mikroalge Schizochytrium sp., die zu einer normalen Herzfunktion sowie zur Erhaltung einer normalen Sehkraft und Gehirnfunktion beiträgt. Es ist zudem reich an ungesättigten Fettsäuren.

**Verzehrempfehlung:** Die positive Wirkung stellt sich bei einer täglichen Aufnahme von 200 mg DHA ein, dies entspricht 16 g Öl (2 Esslöffel à 8 g). Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge sollte nicht überschritten werden.

### → Besondere Empfehlung für Schwangere und stillende Mütter:

Die Aufnahme von Docosahexaensäure (DHA) durch die Mutter trägt zur normalen Entwicklung der Augen beim Fötus und beim gestillten Säugling bei. Verzehrempfehlung: Die positive Wirkung stellt sich bei einer täglichen Aufnahme von 200 mg\* DHA ein, dies entspricht 16 g Öl (2 Esslöffel à 8 g). Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge sollte nicht überschritten werden.

\* Richtwert der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V.

**Verwendung:** Das Omega DHA Leindotter- und Walnussöl sollte für die kalte Zubereitung und nicht zum Braten verwendet werden. Es eignet sich besonders für Smoothies, Müslis, Joghurts, Salate, Gemüse oder auch als Zugabe in Fruchtsäften.

### Durchschnittlicher Energie- und Nährstoffgehalt pro 100 g

Energie	3700 kJ / 900 kcal
Fett	100 g
davon gesättigte Fettsäuren	10,0 g
einfach ungesättigte Fettsäuren	44,8 g
mehrfach ungesättigte Fettsäuren	45,3 g
Kohlenhydrate	0 g
davon Zucker	0 g
Ballaststoffe	0 g
Eiweiß	0 g
Salz	0 g



DE-ÖKO-039



Unser Vitalöl trägt zur Erhaltung einer normalen Gehirn- und Herzfunktion sowie einer normalen Sehkraft bei.

...mmh, einfach lecker!



## DHA-Salat-Dressing

- 2 EL AromaCura Omega DHA Leindotter- und Walnussöl
- 1 EL Apfelsaft
- 1 EL Wasser
- Salz & Pfeffer
- „sinnliche“ Petersilie, „schnittigen“ Schnittlauch und „mediterranen“ Basilikum

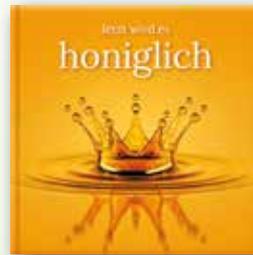


# Weitere Shop-Produkte

## Literatur

AromaCura blickt über den Tellerrand und hält für Dich gerne empfehlenswerte Literatur und Schulungsunterlagen von namenhaften Autoren aus der Aromatherapie bereit.

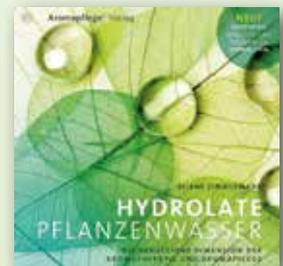
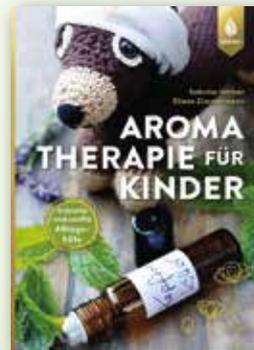
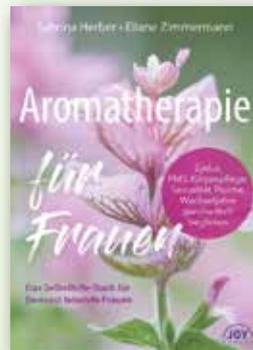
Produktname	Einheit	Artikelnr.
Jetzt wird es honiglich, I. Hoffmann-Tischner	1 Buch	AC-LIT-601
Aromatherapie für Frauen, S. Herber und E. Zimmermann	1 Buch	AC-LIT-602
Aromatherapie für Kinder, S. Herber und E. Zimmermann	1 Buch	AC-LIT-603
Aromatherapie in der häuslichen Pflege, S. Herber	1 Buch	AC-LIT-604
Basics Ätherische Öle, S. Herber	1 Buch	AC-LIT-605
Die Hebammen-Sprechstunde, I. Stadelmann	1 Buch	AC-LIT-606
Heilende Düfte – Spiel-/Lernkartenset 1. Auflage, E. Zimmermann	1 Buch	AC-LIT-607
Hydrolate Pflanzenwässer, E. Zimmermann	1 Buch	AC-LIT-608
Pflanzenöle, Ruth von Braunschweig	1 Buch	AC-LIT-609
Waldmedizin, A. Thumm und M. Kettenring	1 Buch	AC-LIT-610
Meine Lieblingsrezepte, S. Herber und E. Zimmermann	1 Buch	AC-LIT-611
Aromatherapie Lernkarten Ätherische Öle, meocura	1 Buch	AC-LIT-612
Lavendelo – nur über Onlineshop		



## Jetzt wird es honiglich

Naturprodukte, fairer Handel und Nachhaltigkeit für unseren Planeten liegen uns am Herzen. Der Buchweizen-Honig ist sowohl medizinisch als auch kulinarisch einsetzbar und somit ein wahres Wunder der Natur. Inga Hoffmann-Tischner erklärt Euch seine Eigenschaften und zeigt Euch anhand von zahlreichen Rezeptvorschlägen, wie schmackhaft und hilfreich der Buchweizen-Honig ist.

Gebundene Ausgabe: 96 Seiten; Größe 15 x 15 cm



## Gesunde Geschenkideen mit tollen Preisvorteilen





analog  
statt  
digital



„Lavendelo“

Natürliches. Selber. Erleben

Die Zeitschrift, die dich inspiriert, dein Leben naturnah und kreativ zu gestalten.

Mit jeder Ausgabe entdeckst du ein Stück Natur, das dich überraschen wird: Merinowolle aus Tasmanien, Urgetreide, seltene Schafrassen, heimische Orchideen, weitere Fasern wie Wolf und Seide, Kräuterkarten, magische Orte, Pflanzen- und Tierporträts, Interviews mit (Lebens-)Künstlern und vieles mehr.



Weitere Geschenkideen wie z.B. unsere praktische Baumwolltasche, das tolle Postkartenset mit 12 wunderschönen Naturfotografien oder auch Geschenkgutscheine findest Du hier

Scan QR-Code



Produktname	Einheit	Artikelnr.
Diffuser & Duft	1 Stk.	AC-GS-904
Buch & Honig	1 Stk.	AC-GS-903
Handkur über Nacht	1 Stk.	AC-GS-905
Tasse & Tee	1 Stk.	AC-GS-907
Teetasse „Shira“	1 Stk.	AC-GS-910
Baumwolltasche	1 Stk.	AC-GS-909
Postkartenset	12 Stk.	AC-GS-906



# AromaCura® Do It Yourself

Natürlich ist es toll und bequem, wenn man auf fertige Natur-Produkte zurückgreifen kann. Jedoch bedarf es manchmal einer speziellen Rezeptur, um gezielt die beste Wirkung zu erreichen. Die nachweisliche Wirkung ätherischer Öle, kraftvoller Heilpflanzen und weiterer Natur-Produkte erläutern wir Euch in unserer Rubrik „Wissen!“.

Wir sehen die Naturheilkunde als Brücke und unterstützende Therapie zur Kausaltherapie/Ursachentherapie. Alle Empfehlungen und Tipps auf der AromaCura Webseite ersetzen niemals den Arztbesuch. Aber eine gute ärztliche Betreuung und eine unterstützende Aromapflege/-therapie können sich gegenseitig ergänzen und den Heilungsprozess positiv beeinflussen. Wir empfehlen auf Selbstdiagnostik durch ausschließlich Internetquellen zu verzichten.

## Ingas Tipp

Aromatherapie/-pflege ganz praktisch für den Alltag – für Dich, Deine Lieben und Dein liebstes Tier. Leicht nachzumachende Rezepte mit interessantem Wissen „drumherum“ sowie wertvolle Tipps für die professionelle Krankenpflege als komplementäre, adaptive Therapie in der Kausaltherapie und als flankierende Maßnahme bei vielen Erkrankungen und Symptomen. „Salutogenese ist das Ziel.“

Folge uns auf Facebook oder Instagram, dann bist Du jeden Freitag Nachmittag einer der Ersten, der den neuen Ingas Tipp erhält. 😊



**Rezept-Set Honig Creme**

Sie sind sehr fein und nicht strahlend. Sie sind sehr weich und nicht strahlend. Sie sind sehr weich und nicht strahlend. Sie sind sehr weich und nicht strahlend.

- 50 ml Mandelöl
- 3 g Biohonig
- 1 g Bio-Vitamin E
- 25 Tr. Propolis Tinktur

DIY - da weiss man was drin ist.

**Rezept-Set Gute Laune auf Station**

April 2021

- 25 Tr. Orange bio
- 45 Tr. Mandarine rot bio
- 20 Tr. Grapefruit bio
- 20 Tr. Zitrone bio
- 5 Tr. Vanilleextrakt bio

Alles gut verschütteln - 3 Tr. der Mischung auf die Schwefelring

**Rezept-Set Wenn der Kopf brummt...**

Wenn der Kopf brummt... und der Stress nicht nachlässt, dann sind kleine Puffs eine tolle und effektive Aromatherapie.

- Pfefferminzeöl
- Eucalyptusöl
- Die Essenzpuffs sind sehr leicht zu machen.

Tipps: Aromatherapie - helfen bei Kopfschmerzen, Migräne, Spannungskopfschmerzen und Stress.

Ingas Tipps  
Scan QR-Code



...und weil wir uns freuen, dass Du Dich mit der Natur und deren Kraft auseinandersetzt und Du Dich für DIY-Pflegeprodukte interessierst, haben wir für einige Ingas Tipps auch Rezept-Sets zusammengestellt. Mit einem Klick und einem Preisvorteil wird das online shoppen leicht gemacht

## Rezept-Sets

mit Preisvorteil

Scan QR-Code



# AromaCura<sup>®</sup> WISSEN!

Du interessierst Dich für Aromatherapie und wolltest schon immer erfahren, wie das vergessene Kräuterwissen wirklich wirkt? Dann laden wir Dich zu den Veranstaltungen vom Wundmanagement Köln recht herzlich ein.

Unsere Schulungen richten sich, wenn nichts anderes ausgeschrieben ist, an alle Aromainteressierten und finden sowohl in Präsenz als auch online statt. In der Pandemie haben wir gelernt, dass wir Aromatherapie auch online erlebbar machen können.

## Aromapflege Schulungen

Scan QR-Code ➡



Gerne kommen wir mit unseren Schulungen auch in Eure Räumlichkeiten. Für weitere Informationen rufe uns einfach an. Telefon: 02203 1834705

## Blog

Ein Blick ins „AromaCura-Logbuch“ lohnt immer! Dort erhältst Du wertvolle Informationen, Gedanken, Erfahrungen und Rezeptvorschläge von ausgezeichneten Aromatherapeutinnen, Naturliebhabern und unabhängigen AromaCura-Produkte Nutzern.

[www.aroma-cura.de/blog](http://www.aroma-cura.de/blog)

Scan QR-Code ➡



Wir freuen uns auf alle Leser und natürlich Euer Feedback in der vorhandenen Kommentarfunktion. Ebenso sind wir offen für Gastautoren und ihre persönliche Geschichte „rund um die Pflanzenheilkunde“. Bei Interesse sendest Du uns einfach eine E-Mail: [info@aroma-cura.de](mailto:info@aroma-cura.de)

## Socialmedia



Folgen, liken, bewerte uns, denn nur durch einen ehrlichen Austausch können wir stets an unseren aromatischen Schraubchen drehen.

Du interessierst Dich für den Biotop- und Artenschutz und lebst einen respektvollen Umgang mit der Natur? Dann schau in unserer privaten Facebookgruppe **Jagdapotheke** 🌿🦌 vorbei.

„Die Natur (er)leben und wirklich verstehen kann nur, wer sie kennt.“



**JAGD-APOTHEKE**  
Hoffmann & Tischner

Pflegfachkräfte, die Aromatherapie/ Aromapflege im stationären und ambulanten Bereich bei Patienten und Angehörigen anwenden, laden wir recht herzlich in die private Facebookgruppe **Pflegtherapeutische Aromakultur** ein.

Hast Du Fragen zu unseren Produkten, Rezeptvorschlägen, Schulungen oder zum Bestellvorgang? Dann freuen wir uns auf Deine Kontaktaufnahme per E-Mail: [info@aroma-cura.de](mailto:info@aroma-cura.de) oder Telefon: 02203 1834705





# AromaCura®

...schenke Gesundheit

Schenke sie Dir, Deinen Freunden,  
Deinen Lieben und Deiner Umwelt.

## AromaCura ist die Kraft der Phytotherapie/der Pflanzenheilkunde

AromaCura ist eine beim Deutschen Patent- und Markenamt in München (DPMA) eingetragene und geschützte Marke. Seit Oktober 2018 setzen wir uns dafür ein, das alte und zum Teil vergessene Wissen aus der Phytotherapie/der Pflanzenheilkunde für alle Menschen zugänglich zu machen. Alle unsere Produkte wirken zu 100% aus natürlicher Pflanzenkraft. Fundiertes Wissen aus der **Medizin, Kranken- / Altenpflege** und der **Aromatherapie** ermöglichen uns, die „Wunder der Natur“ in einfachen Rezepten und leichten Anwendungsbeispielen weiterzugeben.

AromaCura wünscht  
Gesundheit für Dich, Deine Freunde, Deine Lieben und Deine Umwelt



Es gelten die Allgemeinen  
Geschäfts- und Lieferbedingungen  
von AromaCura.

Scan QR-Code →

