

# AromaSpecials

**GESUNDHEIT IST DEIN WERTVOLLSTES GUT.  
SIE GEHÖRT GESTÄRKT, GEFÖRDERT UND ERHALTEN.**

AUSGABE 02 | 2019

## KRANK IM SOMMER? GEHT GAR NICHT!



Herrlich warme Temperaturen verführen uns dazu die Stunden am See und im Freibad zu verbringen. Abends treffen wir uns zu Grillpartys, genießen mit Freunden ein Bierchen und lassen die Seele baumeln. Leider sind wir auch im Sommer nicht uneingeschränkt vor Krankheit geschützt. So kann es bei zu kühl eingestellter Klimaanlage zu Halsschmerzen und Erkältungskrankheiten kommen. Wird der Bikini nicht rechtzeitig gewechselt, können schmerzhafte Harnwegsinfekte und Blasenentzündungen auftreten und wer hitzeempfindlich ist, kämpft mit Kreislauf- und Blutdruckproblemen. Auch lästige Stechmücken und Sonnenbrand können schnell die Freude trüben. Doch dann ist es gut wenn rasch Hilfe parat steht. Bei vielen kleinen Alltagsproblemen greifen ätherische Öle enorm gut. Auch im Urlaub sind sie eine so, so wertvolle Hilfe.

**Tipp:** Hast du gewusst dass die meisten ätherischen Öle auch gleichzeitig mit Medikamenten angewendet werden können? Neueste Studien belegen das Antibiotika besser greifen, wenn gleichzeitig dazu ätherische Öle zur Anwendung kommen.

## AROMAAPOTHEKE

Komme im Shop vorbei und stelle dir deine duftende Aromapotheke zusammen. Ob Melisse bei Fieberbläschen, Cajeput bei Erkältung oder Pfefferminze bei Kopfschmerzen, je nach dem was du brauchst, deckst du schon mit einer ganz kleinen Ölauswahl einen sehr großen Anwendungsbereich ab.



## SCHWEISSFÜSSE ADÉ

Wer kennt sie nicht, die Problematik von Käsefüßen? Gerade im Sommer sind geschlossene Schuhe prädestiniert dafür, zu „duften“. Doch um Arbeitsschuhe oder Sportschuhe kommt man nicht drum herum.

Genau dafür gibt es die Dufte Sohle. Dufte Sohlen sind Schuheinlagen aus Kork und Kräutern mit ätherischen Ölen. Ein wesentlicher Faktor für die schweißhemmenden Wirkungsweisen sind die sorgsam aufeinander abgestimmten ätherischen Öle in Kombination mit Kork.

Dufte Sohlen sind im Aromaspecials Shop erhältlich.



## VENENPFLEGE, GELSENSTICHE UND CO.

Ob gekühltes Pfefferminzhydrolat für die Venen, Lavendel fein bei Gelsenstichen oder Johanniskrautöl bei Sonnenbrand, diese einfachen Mittel aus der Natur können ohne schlechtem Gewissen und so oft man will, angewendet werden.

Im Aromaspecials Gesundheitszentrum informiere ich dich umfassend über deine individuelle Aromapotheke im Sommer. Komme vorbei. Ich freu mich auf dich.

Aromaspecials ist das komplementäre Gesundheitszentrum in Timelkam. Es vereint Gesundheit mit Genuss und Leben.

## VORTRÄGE | SEMINARE | WISSENSKREISE | ERLEBNISKOCHEN



Zehenanalyse (Seminar)  
13. September 2019, 09:00 - 17:00 Uhr

Alles Einkochen (Erlebniskochen)  
Gemeinsames Kochen, Spaß haben und Genießen stehen bei diesen Workshops im Vordergrund. Das Erlebniskochen findet mit dem Thermomix statt und ist für Thermomix - Neulinge genauso geeignet, wie für Thermomixfans.  
13. September 2019, 18:00 - 21:00 Uhr

Lernen leicht gemacht (Wissenskreise)  
Wissenskreise sind kostenlose Impulsvorträge zu ausgewählten Themen (Dauer ca. 45 min)  
19. September 2019, 18:00 Uhr

Gut geschmiert -  
Fette und Öle in der Ernährung (Vortrag)  
26. September 2019, 18:00 - 19:30 Uhr

Wegen begrenzter Plätze bitte anmelden. E-Mail: [info@aromaspecials.at](mailto:info@aromaspecials.at) | Tel.: +43 650 522 77 43

## HIER GEHT'S ZUM KOSTENLOSEN EBOOK





## WARUM JOHANNISKRAUTÖL UNBEDINGT IN DEINEN REISEKOFFER MUSS

Johanniskrautöl ist der Hit im Sommer. Mit nur einem Öl schlägst du „5 Fliegen mit einer Klappe“.

Johanniskrautöl ist die HILFE bei:

1. Sonnenbrand
2. Rückenschmerzen
3. Hautunreinheiten
4. Verbrennungen
5. Trockener Haut und kleinere Verletzungen

Lies weitere Details im Blogpost „Johanniskrautöl, ein MUSS in jeder Hausapotheke“ auf [www.aromaspecials.at](http://www.aromaspecials.at).

Du bekommst Johanniskrautöl im Aromaspecials Shop, kannst es dir aber auch selber machen.

## DIY JOHANNISKRAUTÖL

Sammele frisch erblühte Johanniskrautblüten, lasse sie etwas antrocknen und lege sie in Olivenöl, von guter Qualität, ein. Die Blüten müssen vollkommen mit Öl bedeckt sein. Stelle das Einmachglas an einen warmen Ort und lasse es 6 – 8 Wochen ziehen. Schwenke es alle paar Tage, damit sich kein Schimmel bilden kann.

Im Anschluss wird das Öl durch ein Sieb gegossen und noch einmal durch ein Geschirrtuch oder eine Stoffwindel, damit auch kleine Schwebeteilchen aus dem Öl entfernt sind. In dunkle Glasflaschen gefüllt, ist es bis zu einem Jahr haltbar.

Das Öl nimmt schon nach wenigen Tagen, in denen es angesetzt ist, eine rötliche Farbe an. Dafür verantwortlich ist Hypericin, ein roter Farbstoff des Krautes, der für die heilenden Eigenschaften des Öls verantwortlich ist.

**Tipp:** Trage das Johanniskrautöl am besten abends auf die feuchte Haut auf, so kann sich deine Haut über Nacht sehr gut regenerieren.

## DER SOMMERHIT 2019: TEEBAUM ROLL ON

Einfach, schnell und sicher passt er in jeden Wanderrucksack. Der Teebaum Roll on ist wirkungsvoll in der Anwendung bei Insektenstichen, zur Zeckenabwehr oder bei Hautunreinheiten. Seine Inhaltsstoffe Teebaumöl, Lavendel fein und Kamille blau haben antiseptische, entzündungshemmende, schmerzstillende und beruhigende Eigenschaften.

## AROMASPECIALS CAFÉ

Du suchst ein Café der besonderen Art? Dann bist du bei Aromaspecials genau richtig. Ob drinnen im angenehmen Wohlfühlambiente, oder draußen unter schattigen Bäumen, Entspannung gepaart mit Genuss, ist dir hier garantiert. Auch im Café wird Regionalität und Qualität großgeschrieben. Genieße

Gori Kaffee aus der Kaffeerösterei Regau, fruchtige Shakes, selbstgemachte vegane Pralinen, Cookies und vieles mehr.

Triff dich mit Freunden, verabrede dich zu Meetings oder nimm dir eine Auszeit und schmökere in Zeitschriften und Büchern. Ich freu mich auf dich.

## GORI KAFFEE

Ab sofort gibt es eine feine Gori Kaffeeauswahl im Shop zu kaufen. So steht einem guten Kaffeegenuss auch zu Hause nichts mehr im Wege. Von leicht bis kräftig ist für jeden eine genusshafte Sorte dabei. Gori Kaffee ist WALDKAFFEE, da er nicht aus Plantagenanbau stammt.

Folgende Sorten sind ab sofort erhältlich:

- Salzkammergutmischung
- Traunstein Espresso
- Limu (Äthiopien)
- Finca del val (Panama)
- Lampocoy (Guatemala)
- Tarrazu (Costa Rica)



NEU IM SHOP !!

Qualitätsanspruch und Philosophie von Gori-Kaffee:

„Wer mit „der Würze des Hirns, der Speise der Vernunft und dem friedlichen Genussmittel“ Kaffee handelt, muss durch Qualität und Ethik überzeugen. Die Kaffeebauern erhalten 35% über dem üblichen Marktpreis für Ihre Bohnen. Dieses Einnahmeplus sorgt dafür, dass die Kinder der Erntehelfer eine ordentliche Schulausbildung erhalten. Davon hat sich Johannes Hühnmair auch direkt vor Ort überzeugt.“

€ 1,- pro verkauftem Kilo Kaffee gehen außerdem an das Sozialprojekt Lampocoy in Guatemala.

## SOMMERÖFFNUNGSZEITEN SHOP & CAFÉ

DO 16 – 20 Uhr  
FR 08 – 11 & 16 – 20 Uhr  
SA 08 – 11 Uhr

Wer steht hinter Aromaspecials?

Sandra Haslinger, Dipl. Gesundheits- und Krankenschwester, Aromapraktikerin, Reikimeisterin, bodyART Trainerin.

Außerhalb der Öffnungszeiten stehe ich dir für Gesundheitsberatungen, Reiki und Aromamassagen zur Verfügung. Hier vereinbarst du am besten einen Termin.

+ 43 650 / 522 77 43 | [info@aromaspecials.at](mailto:info@aromaspecials.at)

Impressum:

Aromaspecials Gesundheitszentrum/ Shop/ Café  
DGKP Sandra Haslinger  
Flößerweg 3, A – 4850 Timelkam  
[www.aromaspecials.at](http://www.aromaspecials.at), [www.duftesohle.at](http://www.duftesohle.at)  
[info@aromaspecials.at](mailto:info@aromaspecials.at), +43 650 / 522 77 43