

Dufte Stupse – Was ist das?

Düfte wecken Erinnerungen und Emotionen. Da kommt uns etwas in die Nase und sofort sind wir wieder in jener Zeit oder an diesem Ort ... Darüber hinaus können Düfte und ihre Biochemie auch auf das Wohlbefinden wirken, wie beruhigen oder aktivieren, Kreativität anregen, Sicherheit stärken, Konzentration erneuern, Offenheit fördern, Sinnlichkeit beleben, Stimmung aufhellen, Stress ausgleichen, Gedanken und Gefühle verankern und viele mehr.

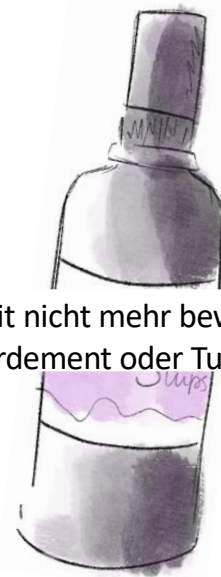
dufter Stups # 1 – der Gedankenstupser-Duft

Die Idee für den duften Stups # 1 entsprang dem Stupserle-Gedanken (www.gedankenstupser.de): Was brauche ich, wenn ich an einem Selbstcoaching-Thema arbeite? Mut, Klarheit, Konzentration, ...

Diese Mischung aus Blüten-, Zitrus- und Blattdüften kann genau das anregen. Mit Inhaltsstoffen, wie 1.8-Cineol aus den ätherischen Blattölen bietet sie einen guten Duftanker für Reflexions- und Lernprozesse Erwachsener.

*Momente, in denen Gedanken fliegen,
frische Ideen kondensieren, neue Lösungen entstehen
Momente mit Freude zu genießen,
lebendig und wild, sicher und geborgen, voll Vertrauen
Stupse sie an, gib ihnen Raum*

Dabei ist die Rezeptur so entwickelt, dass Sie den Duft nach einiger Zeit nicht mehr bewusst wahrnehmen. So ist gesichert, dass Sie nicht einem dauernden Duftbombardement oder Tunnelerleben ausgesetzt sind. Stattdessen setzen Sie den Impuls gezielt.



100 % Qualität – das steckt drin

Der Dufte Stups ist eine Duftmischung, die nach aromatherapeutischen Erkenntnissen rezeptiert ist. Er enthält ausschließlich beste 100 % naturreine ätherische Öle, wo möglich in Bio-Qualität oder aus Wildsammlung. Dufte Stupse sind tierversuchsfrei, vegan und Made in Germany.

Das Raumspray ist auf Wasserbasis entwickelt, mit etwas Emulgator auf Rizinusölbasis und geringen Alkoholanteil (5 %) zur Stabilisierung. Am besten bewahren Sie den hellen Flakon lichtgeschützt auf, um die wertigen Inhaltsstoffe zu bewahren. Die Violettglasflasche bietet natürlichen Lichtschutz.

So geht's – die Anwendung

Ganz einfach: Sprühen Sie nur einen oder zwei Hübe in die Luft und genießen Sie die Duft-Dusche. Schon ein Hub duftet angenehm intensiv.

Ätherische Öle und ätherische Duftmischungen – wichtige Hinweise

Die Mehrzahl der duftenden Pflanzen enthält etwa ein bis zwei Prozent ätherisches Öl – ein guter Hinweis auf die sinnvolle geringe Dosierung im reinen Gebrauch. Oder führen Sie sich vor Augen, dass ein Tropfen ätherisches Basilikum-Öl aus rund 50 Gramm Basilikumblättern destilliert wird: Stellen Sie sich vor, wie viele Hände voll Blätter 50 Gramm ergeben und wie wenig davon Sie auf Ihren Teller Tomate-Mozzarella streuen. Fazit: Weniger ist mehr.

Bitte beachten Sie: Einige der Inhaltsstoffe ätherischer Öle können allergische Hautreaktionen verursachen. Auf den Produktflaschen und -kärtchen sind die einzelnen Allergene ausgewiesen. Vermeiden Sie den Kontakt mit Augen und Schleimhaut. Und natürlich sollten Sie Produkte mit ätherischen Ölen kindersicher verwahren. Wenn Sie Fragen haben, melden Sie sich bitte bei mir.

Die duften Stupse enthalten nur ätherische Öle, die im Allgemeinen gut verträglich sind und keine besonderen Risiken bieten. Nichtsdestotrotz sind naturreine ätherische Öle hochwirksam und immer respektvoll einzusetzen. Übrigens, der Dufter Stups enthält drei Prozent ätherische Öle.

Duftunikate – Mischungen speziell für Sie und Ihre Situation

Sie haben ein spezielles Anliegen, eine besondere Situation oder Anforderung? Dann ist ein Duftunikat das Richtige: Ihre Nase steht im Vordergrund, denn hier bringen wir Ihre Vorlieben in Übereinstimmung mit der Biochemie der ätherischen Öle und der Wirkung, die Sie wünschen. Ein Prozess, der oft als echtes Abenteuer erlebt wird und immer mit einem bemerkenswerten Ergebnis. Sprechen Sie mich einfach an.

Barbara Schäfer-Ernst – die Aromatherapeutin

Seit über zehn Jahren beschäftige ich mich intensiv mit ätherischen Ölen und deren Anwendung. Umfassende Ausbildungen erhielt ich von Inge-Lore Andres (2006) und bei Primavera Life (2015). Darüber hinaus hatte ich schon Gelegenheit, mich bei namhaften Aromaprofis weiterzubilden, wie Professor Dietrich Wabner, Eliane Zimmermann oder Susanne Fischer-Rizzi.

Als Coach (2004), Heilpraktikerin für Psychotherapie (2019) und ausgebildet in Olfaktorischem EMDR sowie verschiedenen weiteren Therapiemethoden kläre ich mit Ihnen Ihre Anliegen – auf Wunsch auch mit aromatherapeutischer Unterstützung.

Ich freue mich, wenn Sie von Ihrem Dufterleben erzählen. Ganz herzlichen Dank.

Ihre Barbara Schäfer-Ernst
hallo@duftunikate.de

