



# Vad säger doften?



**Ros:** Bra mot eksem. Lämplig för mogen hud och i menopausen. Håller borta ilska och oro. Hjälper vid sorg och ensamhet. Motverkar panikattacker och stress. Glädjer och ger frid.



**Kanel:** Återhämtning från fysisk och känslomässig utmattning och depression. Stimulerar cirkulationen och hjälper till vid matsmältning. Värmer upp oss känslomässigt, vår sensualitet och passion, att vara kreativa och ha mål. Kärlek Värmande vibrationer som väcker inre kärlek och andligt uppvaknande.



**Apelsin:** Frigör spänningar och blockerad Chi. Hjälper oss att förhålla oss mer avkopplade, självsäkra och optimistisk till livet. Hjälper till med att vara accepterande av livets omständigheter, prövningar och vedermödor. Hjälper oss att uttrycka fysisk njutning. Skapar livsglädje, kreativitet och positivitet. Stärker vårt självförtroende.



**Citrongräs:** Verkar uppfriskande, renande, stimulerande och tonifierande på kroppen. Egenskaperna kan rädda ett sinne tyngt av självtvivel och rädsla. Stödjer beslutsfattande. Skingrar upplevda hinder i livet. Löser upp känslomässig förvirring. Främjar självförtroende. Stärker och livar upp anden. Ger koncentration och fokus till sinnet



**Mint:** Fantastisk vid förkylningar och influensa med hög feber, halsont och huvudvärk. Milt slemlösande. Bra vid kroniska andningssvårigheter såsom astma (speciellt vid dålig matsmältning). Stimulerande effekt på hjärnan. Ökar känsligheten och mottagligheten både i vaket tillstånd och i drömmen.



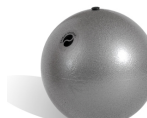
**Geranium:** Lugnar och löser psykisk oro. Stimulerar fantasin, sensualiteten och emotionell känslighet. Skapar en aptit för ett trevligt och lyckligt liv. Löser upp frustration och ilska och är bra mot ångest och stress i arbetet. Balanserar, vårdar och lugnar anden. Hjälper oss att känna stabilitet, lugn och trygghet i livet.



**Enbär:** Har en värmande och renande kvalitet. Bra mot förkylning, influensa och infektioner. Bra mot kronisk trötthet, kalla händer och fötter och reumatisk värk. Hjälper till att lösa upp rädsla och ökar vår känsla av egenvärde. Befäster vår viljestyrka. Återställer vår beslutsamhet och förmåga att övervinna livets utmaningar. Idealisk för meditation och inre reflektion.



**Lavendel:** Har en lugnande och upplyftande funktion. Lindrar trauman, oro, panikattacker, sorg och rädsla för förändring. Hjälper oss att släppa taget om långsiktiga fysiska, psykiska och känslomässiga vanor som inte längre tjänar oss. Hjälper oss att släppa outtalade känslor. Lindrar nervositet, ångest och blyghet. Främjar lugn och ro i sinnet och anden.



**Eukalyptus:** Bra mot artrit, bronkit och katarr. Bra mot förkylning, hosta, feber och influensa. Bra mot dålig cirkulation. Bra mot munsår och bihåleinflammation. Allmänt inflammationshämmande. Bra för andningsvägarna.



**Anis:** Starkt kramplösande för muskler och matsmältning. Bra mot kramp i bronkerna, vid astmabesvär. Bra mot gasbildning. Bra när du känner dig däst. Bra mot hormonell obalans. Undvik vid graviditet och amning.