



# Ätherische Öle

EINE ANLEITUNG FÜR DEN BEWUSSTEN UMGANG  
MIT ÄTHERISCHEN ÖLEN

*farfalla*

# Die Seele der Düfte

Du spürst,  
wie die Blumen ihre köstlichen Düfte  
versenden und wunderst Dich,  
wie aus so winzigem Ort dieser Duftstrom  
mag kommen –  
begreif, dass in solcher Mitte  
die Ewigkeit ihre vergänglichen Tore öffnet.

William Blake

# Antworten auf wichtige Fragen

## UNSERE QUALITÄTSPHILOSOPHIE

Nur das Beste ist uns gut genug! Wir garantieren mit unserem Namen für Produkte bester Qualität, über 70 Prozent in Bio-Qualität. Farfalla-Öle sind reine, unverfälschte Naturprodukte und nicht standardisiert. Aus diesem Grund kann jedes Öl mit neuer Ernte leicht unterschiedlich im Geruch sein. Farfalla bezieht seine duftenden Rohstoffe aus Ländern rund um den Globus. Aus ökologischen und qualitativen Gründen wird das ätherische Öl immer in dem Land hergestellt, wo auch die Pflanze wächst und geerntet wird. Damit können auch die Transportkosten um ein Vielfaches reduziert werden.

## TIERVERSUCHE / GENTECH?

Werden von uns weder durchgeführt noch in Auftrag gegeben. Wir führen keine Produkte aus gentechnisch veränderten Pflanzen.

## DEKLARATION

Auf unseren Produkten finden Sie eine für den Verbraucher verständliche Volldeklaration aller Inhaltsstoffe auch in deutscher Sprache.

## HALTBARKEIT – LAGERUNG – VERFÜGBARKEIT

Wir lagern ätherische Öle in speziellen Kühlräumen lichtgeschützt und luftdicht. In verschlossenen, vollen Flaschen bewahren ätherische Öle ihre Vitalität für viele Jahre. Nach häufigem Öffnen (Luftzufuhr) und ab halber Füllung sollten sie jedoch nicht mehr zu lange gelagert werden. Viele Essenzen, z.B. Harze, Hölzer und schwere Blütennoten, reifen und werden mit zunehmendem Alter besser. Zitrusöle und stark flüchtige Essenzen sollten innerhalb von ein bis zwei Jahren aufgebraucht werden.

Ätherische Öle aus Wildsammlung und Bio-Anbau sind nicht in unbegrenzten Mengen vorhanden. Eine Ernte kann ausfallen oder ausverkauft sein. Sollte dies der Fall sein, bitten wir um Ihr Verständnis.



# Reinheit und Qualität



## **DEMETER (BIOLOGISCH-DYNAMISCH)**

Der Begriff Demeter steht für eine Bio-Landwirtschaft, welche auch die jahreszeitliche Rhythmenlehre miteinbezieht. Zudem wird die Bodenfruchtbarkeit mit speziellen Mineral- und Pflanzenpräparaten gestärkt.

## **KONTROLLIERT BIOLOGISCH (KBA/WKBA)**

Ätherische Öle aus kontrolliert biologischem Anbau und aus kontrollierter Wildsammlung, Destillation durch Biobauern.

## **FAIRWILD (FW)**

Dieses Label steht für klare Richtlinien von Wildsammlung nach ökologischen Kriterien und fairen Arbeits- und Preisbedingungen. Die mit dem Label zertifizierten Produkte werden, wie bei Bio-Produkten, von der IMO/Schweiz überprüft. Dies betrifft die SammlerInnen, die Sammelregion, die geernteten Mengen, die Rohstoffkäufer bis zum Verkauf der Öle an die Endkunden.

## **WILDSAMMLUNG (WS)**

Ätherische Öle aus wildgewachsenem Pflanzengut. Ökologische Kriterien werden genauestens beachtet. In der Natur leben Pflanzen in vitalen Lebensgemeinschaften zusammen und ihre Abwehrkraft ist intakt. Wir sind überzeugt, dass die Vitalität einer Aromapflanze am stärksten ist, wenn sie in ihrem natürlichen Umfeld gedeihen kann. Deshalb steht die kontrollierte Wildsammlung durch Biobauern an erster Stelle unserer Qualitätshierarchie. Wir achten darauf, keine Öle von ökologisch gefährdeten Pflanzen zu führen.

## **ABSOLUES (ABS)**

Aromatische Extrakte, oft aus fragilen Blüten, die nicht destilliert werden können, sondern mit Lösungsmitteln gewonnen werden (Alkohol, Hexan). Farfalla-Absolues sind auf Rückstände kontrolliert.

# Vorsichtsmassnahmen im Umgang mit ätherischen Ölen

## **GENERELL**

Ein ätherisches Öl entspricht dem Charakter der jeweiligen Pflanze und die konzentrierte Form bedingt einen bewussten Umgang.

- Farfalla garantiert beste Qualität und Reinheit der ätherischen Öle.
- Jährliche Prüfung durch unabhängige externe Kontrollstellen (Bio-Inspecta/Demeter-Bund/BDIH u.a.).
- Unsere Produktion unterliegt einer laufenden Kontrolle durch ein kompetentes Qualitätsteam: Chargensystem mit Rückverfolgbarkeit, hauseigenes Prüflabor, qualitätsbewusste Abfüllung und Lagerung, transparente Volldeklaration.

## **SCHWANGERSCHAFT / EPILEPSIE**

Folgende Öle sollten während der Schwangerschaft gemieden werden: Anis, Basilikum, Estragon, Fenchel, Lorbeer, Muskatellersalbei, Rosmarin, Salbei, Thymian Thymol, Wacholder, Ysop. Auch andere Öle sollten während der Schwangerschaft sehr sparsam verwendet werden. Kamille und Pfefferminze in den ersten Schwangerschaftsmonaten nicht anwenden. Bei Neigung zu Epilepsie sollten die Essenzen Fenchel, Kampfer, Rosmarin, Salbei, Thymian, Ysop und Zeder gemieden werden.

## **ERHÖHTE LICHTEMPFLINDLICHKEIT DER HAUT**

Die Essenzen von Zitrusfrüchten, im speziellen Bergamotte, sowie Johanniskraut, Verbena und Angelikawurzel erhöhen die Lichtempfindlichkeit der Haut und dürfen am Sonnenlicht nicht verwendet werden.

## **DIREKTER HAUTKONTAKT**

Ätherische Öle sollten auf der Haut nicht unverdünnt angewendet werden. Speziell hautirritierend sind Myrte, Nelke, Verbena, Zimt und Zitronengras. Bei empfindlicher Haut oder Neigung zu Allergien sollte vor Verwendung eines Öls eine Probe in der Ellbogenbeuge gemacht werden. Wir empfehlen eine sparsame Verwendung von ätherischen Ölen. Dosierung für Kinder halbieren, bei Säuglingen ganz verzichten.

## **ERSTE HILFE / NOTFÄLLE**

Bei Reizungen oder Verätzungen das ätherische Öl zuerst mit pflanzlichem Öl (z.B. Sonnenblumenöl) auf einem Taschentuch lösen und anschliessend die Haut mit viel Wasser spülen.

Nach Augenkontakt das Auge sofort mit reichlich fliessendem Wasser spülen, am besten für ca. 10 Min. unter dem Wasserhahn.

Bei starken Reaktionen (Schmerzen, Krämpfe, Schwindel, Übelkeit) ist es ratsam, den Arzt zu verständigen oder das nächste toxikologische Informationszentrum um Hilfe zu fragen.

## **SICHERHEITSHINWEISE**

Farfalla verkauft Produkte auch in der EU. Deshalb richten wir uns nach den EU-Richtlinien, die auch von der Schweiz übernommen wurden. Zu Ihrer Sicherheit beachten Sie bitte die Innenseite der Etikette.

# Anwendung von ätherischen Ölen

## **RAUMBEDUFTUNG**

Duftlampen eignen sich für die Beduftung von kleinen bis mittelgrossen Wohnräumen. Anwendung: Die Schale mit Wasser füllen, einige Tropfen ätherisches Öl dazu geben und Teelicht anzünden. Darauf achten, dass immer ausreichend Wasser in der Schale ist. Kein kaltes Wasser in die heisse Glasschale giessen (Bruchgefahr)!

Duftsteine eignen sich für die Beduftung von kleinen Räumen sowie für Bad, Toilette, Bürotisch, Nachttisch, Schrank, Auto usw. Anwendung: etwa 10-15 Tropfen unverdünntes ätherisches Öl auf den Stein geben und bei Bedarf wiederholen.

Elektrische Duftverbreitungssysteme (Aroma-Stream, Aroma-Stone, Mikrozerstäuber usw.) eignen sich für Spitalzimmer, Therapieräume, Seminarräume, Hotels, SPAs, Wellness, Schulzimmer usw.

## **BAD, FUSSBAD**

Anwendung: je nach Essenz 4-10 Tropfen pro Vollbad. Ätherische Öle sind nicht wasserlöslich und müssen vor Gebrauch mit einem natürlichen Emulgator vermischt werden (neutrale Cocos-Schaumbasis, Vollmilch, Rahm, Honig o.ä.). Für den vollen Genuss Essenzen erst nach Einlaufen des Badewassers zugeben.

## **MASSAGE, KÖRPERPFLEGE**

Ätherische Öle sollten aufgrund ihrer konzentrierten Form nicht unverdünnt auf der Haut angewendet werden. Dosierung: etwa 15-25 Tropfen in 50 ml fettes Öl. Als Basisöle eignen sich neutrale Pflanzenöle wie Mandelöl, Jojobaöl usw.

## **INHALATION**

Anwendung: 1-3 Tropfen, je nach Intensität des ätherischen Öls. Eher sparsam einsetzen, da sehr intensiv.

## **REINIGUNG**

2-3 Tropfen eines ätherischen Öls in neutrale Flüssigseife mischen und ins Putzwasser geben. Es eignen sich vor allem frische Düfte wie Litsea Cubeba, Zitronengras, Zitrusdüfte, Lavendel, Lavandin usw.

## **KOSMETIK, SALBEN, KÜCHE**

Der Einsatz von ätherischen Ölen in kosmetischen Produkten sowie in der Aromaküche ist in verschiedenen Fachbüchern eingehend beschrieben. Fachliteratur dazu finden Sie in unserem Katalog oder auf unserer website unter [www.farfalla.ch](http://www.farfalla.ch).

## Farfalla ist in der Schweiz seit über zwanzig Jahren der Spezialist für natürliche Düfte und Aromapflegeprodukte in Bio-Qualität.

Wir führen über 200 verschiedene ätherische Öle und Essenzenmischungen, vorwiegend aus kontrolliert biologischem Anbau und Wildwuchs. Ausserdem: Kontrollierte Naturkosmetik (Gesichts- und Körperpflege, Aromabäder, Naturparfums, Basis- und Massageöle, Naturshampoos, Duschgels), Raumsprays, Räucherharze sowie eine grosse Auswahl an Duftverbreitungssystemen.

### **FACHBÜCHER**

Bei uns finden Sie eine grosse Auswahl an Fachbüchern mit Titeln zum Thema «Ätherische Öle».

### **«FASZINIERENDE DÜFTE»**

Die Farfalla-Broschüre enthält Detailbeschreibungen von allen ätherischen Ölen, Pflanzenölen und Hydrolaten im Sortiment.

### **KURSE, SEMINARE, SCHULUNGEN**

Wir bieten und vermitteln laufend Kurse und Schulungen zu den Themen Aromatherapie, Aromapflege, Aromamassage uvm. an. Fragen Sie nach unserem aktuellen Seminarprogramm oder besuchen Sie [www.farfalla-seminar.ch](http://www.farfalla-seminar.ch)

### **BERATUNG / INFORMATIONEN**

Wir sind transparent und bieten fachkundige Beratung. Haben Sie Fragen zu unseren Produkten? Wir beraten Sie gerne!



**Farfalla-Produkte und kompetente Beratung erhalten Sie bei:**



**Farfalla Essentials AG**

Florastr. 18, CH-8610 Uster, [info@farfalla.ch](mailto:info@farfalla.ch), [www.farfalla.ch](http://www.farfalla.ch)  
Tel. +41 (0)44 905 99 00, Fax +41 (0)44 905 99 09

Kapfstr. 52a, AT-6805 Feldkirch, [info@farfalla.eu](mailto:info@farfalla.eu), [www.farfalla.eu](http://www.farfalla.eu)  
Tel. +43 (0)55 22 761 37, Fax +43 (0)55 22 702 26

Bregenzer Str. 162, D-88131 Lindau, [info@farfalla.eu](mailto:info@farfalla.eu), [www.farfalla.eu](http://www.farfalla.eu)  
Tel. +49 (0)180 576 13 70, Fax +49 (0)180 576 13 77

Gedruckt auf FSC-Papier.