



# Aromaterapins grunder

## MATERIALLISTA

### Eteriska oljor

- Apelsin
- Citron
- Citrongräs
- Cypress
- Enbär
- Eucalyptus globulus
- Fänkål
- Frankincense
- Geranium
- Grapefrukt
- Immortell
- Ingefära
- Lagerblad
- Lavendel
- Mandarin
- Muskatellsalvia
- Patchouli
- Pepparmynta
- Romersk kamomill
- Rosmarin
- Tall
- Tea Tree
- Vetiver
- Ylang Ylang

### Latinska namn

- Citrus sinensis
- Citrus limon
- Cymbopogon flexuosus
- Cupressus sempervirens
- Juniperus communis
- Eucalyptus globulus
- Foeniculum vulgare subsp. vulgare var. dulce
- Boswellia carterii eller Boswellia sacra
- Pelargonium graveolens
- Citrus x paradisi
- Helicrysum italicum
- Zingiber officinalis
- Laurus nobilis
- Lavandula angustifolia
- Citrus reticulata
- Clary sage
- Pogostemon cablin
- Mentha x piperita
- Chamaemelum nobile
- Salvia rosmarinus ct. cineol eller ct. verbenon
- Pinus silvestris
- Melaleuca alternifolia
- Vetiveria zizanooides
- Chananga odorata
- (Vi rekommenderar  
Ylang Ylang komplett)

Alla dessa behöver du för att fullfölja kursen.

Vi rekommenderar 5 ml av varje och 10 ml eller mer av lavendel.





# BÄRAROLJOR

Vi rekommenderar att du har minst en bärarolja från varje grupp.

## Grupp 1

- Aprikoskärnolja
- Arganolja
- Baobabolja
- Jojobaolja (längst hållbarhet)
- Kokosolja
- Mandelolja
- Rapsolja
- Sesamolja
- Solrosolja

## Örtolja

- Ringblomma

## Hydrolater

- Lavendelhydrolat
- Roshydrolat
- Kamomillhydrolat

## Grupp 2

- Avokadoolja
- Granatäppleolja
- Gurkörtolja
- Hallonfröolja
- Nattljusolja
- Nyponfröolja
- Tamanuolja

Hur mycket du behöver av dessa produkter beror på hur mycket du kommer blanda och göra egna produkter. Ju mer du blandar desto mer kommer du att lära dig. Du bör göra minst 1 produkt av varje sort för att kunna tillgodogöra dig hela kursens innehåll.





# Övriga tillbehör

för produkttillverkning

**För kroppsolja**

6 st 50 ml glasflaska  
med lock eller pump

**För ansiktsolja**

2 st 10 ml eller 15 ml glasflaska  
med pipett eller lock

**För kräm eller lotion**

Oparfumerad lotion  
100 ml glas- eller petflaska med  
pump.

**Roll-ons**

3 st roll-on flaskor 10, 15 eller 30  
ml.

**Rengöringsprodukter**

100 ml glas- eller petflaska med  
spraymunstycke.  
Oparfumerad castille-tvål  
Valfri: hydrolat

**För kroppstoner**

1 till 2 hydrolater  
50-100 ml glas- eller petflaska  
med spraymunstycke

**Till aromasticks / dofttrör**

5 st tomma inhalatorrör av plast eller metall

**För badsalt**

Havssalt, Epsomsalt eller Himalayasalt  
100 ml pet- eller glasburk med lock

**Aromatisk spray**

50-100 ml petflaska med spraymunstycke  
Destillerat vatten

**Kroppsskrubb med socker eller salt**

100-200 ml burk med lock  
Rörsocker eller havssalt  
Valfri bärarolja

**Gel**

50 ml glasflaska med lock eller pump  
Aloevera gel  
Valfri hydrolat

**Salva**

Bivax  
Valfri bärarolja  
60 ml glasburkar





# Övrig utrustning

ej obligatorisk

## **För att smälta vax och fetter**

- Härdade glasbägare: 100 ml, 250 ml, 400 ml

## **Mäta**

- Digital termometer
- Liten digital våg med hög precision

## **Övrigt**

- Handdukar
- Hushållspapper
- Rörpinnar (t ex: ätpinnar)
- Pincett (bra att ha vid tillverkning av aromastick)

## **Bygg upp ditt aromabibliotek**

För att spara och förvara dina synnergier rekommenderar vi små glasflaskor på 5 ml eller 10 ml gärna med pipett för enkel dosering av eteriska oljor i dina produkter.

- 20 st, 5 ml glasflaska (mörkt glas) med pipett

