



**aromalife**  
natur für die sinne

INSPIRATION & MEHR  
*meine*  
**aroma**  
**welt**  
.ch

*DIY-Idee #13*

## **ERFRISCHUNGSSPRAY** FÜR HEISSE TAGE

Mit Pfefferminz-, Rosen-  
geranie- und Grapefruitöl





100%  
NATURAL

VEGAN

*DIY-Idee #13*

## ERFRISCHUNGSSPRAY FÜR HEISSE TAGE

---

Dieser selbstgemachte Erfrischungsspray ist der ideale Frischmacher für unterwegs – er passt in jede Tasche. Die fein abgestimmte Duftmischung kühlt und belebt die Sinne mit ihrem frischen, klaren Duft.

---

### ZUTATEN

100 ml Aromalife Pflanzenwasser Pfefferminze Bio (Hydrolat)  
3 Tropfen Pfefferminze Bio  
2 Tropfen Rosengeranie Bio  
2 Tropfen Grapefruit Bio

---

### SO GEHT'S

Die ätherischen Öle direkt ins Pflanzenwasser geben und gut schütteln. Zur Erfrischung unverdünnt auf Dekoltée (Augen schliessen), Arme und Beine sprühen. Die Lagerung im Kühlschrank sorgt für einen zusätzlichen Frischekick an heissen Sommertagen.

Weitere Tipps und Ideen:  
[meinearomawelt.ch](http://meinearomawelt.ch)



[aromalife.ch](http://aromalife.ch)