



PRIMAVERA®

# aroma pflege

---

Duft & Berührung  
Aromapflege für uns

---



---

## **Duft und Berührung – Aromapflege für uns**

Wir bringen duftende Lebensfreude in den Pflegealltag, die allen wohltut, denn Pflege liegt uns am Herzen!

Aus der großen Vielfalt 100 % naturreiner Pflanzenkräfte wählen wir sorgfältig aus und entwickeln Produkte, die sowohl pflegebedürftigen Menschen als auch den Pflegenden guttun. Produkte, die eine echte Bereicherung in der täglichen Arbeit sind und die Möglichkeit zur intensiven Begegnung schaffen.

Damit unterstützen wir Fachkräfte aus dem Gesundheitsbereich und pflegende Angehörige, die Gesundheit, das Wohlbefinden und die Lebensfreude pflegebedürftiger Menschen zu fördern.

Wir von PRIMAVERA bauen unser lebendiges Wissen aus und teilen es aktiv mit Pflegefachkräften.

**Für alle helfenden Hände.**

---

## INHALT

---

Was ist Aromapflege?	6
Warum brauchen wir Aromapflege?	7
Welche rechtlichen Grundlagen gibt es?	8
Allgemein	8
Für Einrichtungen	9
Für Pflegefachkräfte	10
Wer darf Aromapflege durchführen?	11
Anwendungen der Aromapflege	12
Aromapflege wirkt	14
Erfolgreich in der Praxis	15
Produkte, Qualität und Wissenswertes	16
Wie kann ich mich weiterbilden?	18

---

**„Das Herz muss Hände haben,  
die Hände ein Herz.“**

Aus Tibet

---

## WAS IST AROMAPFLEGE?

Unter Aromapflege ist die Anwendung 100% naturreiner Pflanzenkräfte im Form von ätherischen Ölen, Pflegeölen und Pflanzenwässern in der Pflege zu verstehen. 100% naturreine, duftende Pflanzenessenzen haben eine wohltuende und gesundheitsfördernde Wirkung und sind eine große Unterstützung im Pflegealltag. 100% naturrein heißt, dass die Öle naturbelassen, unverfälscht, authentisch und sortenrein sind. Sie enthalten nur das Öl der angegebenen Stammpflanze und sind frei von synthetischen Zusätzen. Die vielfältigen Wirkweisen dieser Öle bereichern sowohl die Grundpflege als auch die therapiebegleitende Pflege. Sie helfen, den Gesamtorganismus in der Krankheit zu unterstützen und das ganzheitliche Wohlbefinden zu fördern.

Aromapflege macht sich die Kraft der Pflanzen zunutze und stärkt mit den naturbelassenen Inhaltsstoffen der Pflanzen die Gesundheit. Sie stellt eine ganzheitlich orientierte, ergänzende Pflegemaßnahme dar, von deren positiven Effekten sowohl zu Pflegenden als auch Pflegefachkräfte selbst profitieren.



Anwendung 100% naturreiner Pflanzenkräfte im Form von ätherischen Ölen, Pflegeölen und Pflanzenwässern in der Pflege

Ganzheitlich orientierte, ergänzende Pflegemaßnahme

Wirkt unterstützend auf den Gesamtorganismus

Fördert das Wohlbefinden



## WARUM BRAUCHEN WIR AROMAPFLEGE?



Therapiebereitschaft stärken

Wohlbefinden schaffen

Vertrauen fördern

Den Mensch als Ganzes pflegen

Vorbeugende Maßnahmen aktiv gestalten

Pflegefachkräfte stärken

Der Pflegealltag stellt uns vor große Herausforderungen: Den zu Pflegenden als Ganzes zu sehen und nicht nur die jeweiligen Beschwerden. Fürsorglich und achtsam zu sein und Wege zu finden, individuell auf den einzelnen Menschen einzugehen, trotz Zeitdruck und großer Arbeitsbelastung. Nur wenige Beispiele für die hohen Anforderungen, mit denen Pflegefachkräfte oder auch pflegende Angehörige tagtäglich konfrontiert sind.

Wir von PRIMAVERA haben es uns zur Aufgabe gemacht, Menschen zu unterstützen, die sich der Pflege anderer Menschen verschrieben haben. Wir wollen den helfenden Händen helfen. Ihnen ein wenig von der Fürsorge, Sorgfalt und Achtsamkeit zurückgeben, die sie in ihrem Pflegealltag zu Pflegenden schenken. Dafür haben wir die Aromapflege entwickelt.

Sie soll die Gesundheitspflege und nicht die Krankheitspflege in den Vordergrund rücken und gleichzeitig den Pflegenden selbst gut tun. Ätherische Öle haben vielfältige positive Wirkungen auf Körper, Geist und Seele und wer Andere damit pflegt, profitiert selbst davon. Aromapflege ist eine wunderbare Chance, dank der Möglichkeit der individuellen Abstimmung auf die speziellen Bedürfnisse des Einzelnen, ein besseres Verhältnis zwischen Pflegenden und zu Pflegenden aufzubauen. Sie rückt den Menschen als Ganzes in den Mittelpunkt, fördert Wohlbefinden, Vertrauen und Therapiebereitschaft und ist als starke Ergänzung zur Schulmedizin zu sehen. Die angenehmen Düfte der Pflanzenöle schaffen zudem eine wohltuende Atmosphäre im Pflegealltag und helfen nicht zuletzt auch der Herausforderung, unangenehmen Gerüchen zu begegnen.

## RECHTLICHE GRUNDLAGEN

### ALLGEMEIN

Im Gesundheitswesen ist und bleibt der Arzt die maßgebliche Instanz, um zu entscheiden, welche therapeutischen und therapiebegleitenden Maßnahmen ergriffen werden. Jedoch können auch andere Berufsgruppen, wie beispielsweise Gesundheits- und KrankenpflegerInnen, AltenpflegerInnen, PhysiotherapeutInnen und Andere im Rahmen ihrer jeweiligen beruflichen Expertise Aromapflege anwenden. Die Anwendung von Aromapflege erfolgt durch Beduftung, Waschungen, Auftragen von Mischungen auf der Haut und Inhalation. Soweit auch orale Einnahme erfolgt, wird dies als invasive Maßnahme problematisch und darf professionell ohne ärztliche Anordnung nicht durchgeführt werden.

Erwähnenswert hierbei ist außerdem besonders die Tatsache, dass die Rechtsprechung keinen Unterschied zwischen den Begriffen „Aromatherapie“ und „Aromapflege“ macht. Maßgeblich ist allein die Absicht, die mit der Intervention verfolgt wird. So gilt eine Maßnahme, die als lindernd oder fördernd eingesetzt wird, als pflegerisch, wohingegen eine therapeutische Absicht dann angenommen werden kann, wenn die Maßnahme ein heilendes Interesse verfolgt.



- Arzt als maßgebliche Instanz
- Aber: Freiheiten durch berufliche Expertise
- Aromapflege zur Linderung, Gesundheitsförderung und für vorbeugende Maßnahmen → obliegt der Pflegefachkraft
- Heilungsabsicht gilt als therapeutisch → obliegt dem Arzt



## RECHTLICHE GRUNDLAGEN

### FÜR EINRICHTUNGEN

Grundsätzlich ist an dieser Stelle der Rechtsträger der jeweiligen Einrichtung entscheidend. Aromapflege ist generell in jeder Einrichtung einsetzbar, bedarf aber der Zustimmung des Trägers bzw. der Einrichtungsleitung. Um die Aromapflege erfolgreich zu implementieren, bedarf es eines gut durchdachten Konzepts, das die Vorschriften des Hauses berücksichtigt und sich in bestehende Dokumentationssysteme einfügt. Beides gestaltet sich in der Praxis höchst individuell. Besonders zu beachten sind hierbei Hygienestandards, die je nach Bereich mehr oder weniger streng ausfallen können. Zudem bedarf die Einführung der Aromapflege einer auf das Haus abgestimmten Dokumentation und

einem System, das Wissen und Informationen für alle Kollegen zugänglich macht. Zusammen mit der schriftlichen Einverständniserklärung des zu Pflegenden ergibt sich ein nachvollziehbarer Umgang mit der Aromapflege, die der Einrichtung Rechtssicherheit generiert und eine Implementierung erleichtert.



- Zustimmung durch Rechtsträger einholen
- Implementierungskonzept erarbeiten
- Hygienestandards beachten
- Dokumentation bedenken
- Wissen für alle zur Verfügung stellen

## RECHTLICHE GRUNDLAGEN FÜR PFLEGEFACHKRÄFTE

Inwieweit aromapflegerische Anwendungen selbstständig in den Pflegealltag integriert werden können, lässt sich dem Pflegeberufegesetz entnehmen. Hier sind die Aufgaben von Pflegenden gelistet und aufgeteilt in

1. selbstständige Aufgaben,
2. ärztlich angeordnete, eigenständig durchgeführte Aufgaben und
3. interdisziplinär mit anderen Berufsgruppen abzustimmende Aufgaben

Besonders in den Bereichen 1 und 3 ist Raum für die eigeninitiierte Aromapflege zu finden. Im Bereich der selbstständigen Aufgaben finden sich Ansatzpunkte in den Feldern Prävention und Gesundheitsförderung, in Erhaltung, Förderung,

Aktivierung und Stärkung der individuellen Fähigkeiten sowie in der Pflege und Betreuung bei Einschränkungen kognitiver Fähigkeiten. Im Rahmen dieser Themenfelder dürfen Maßnahmen selbstständig und eigenverantwortlich durchgeführt werden.

Bereich 3 beinhaltet vor allem die vorbeugenden Maßnahmen, welche zwar eine ureigene pflegerische Kernkompetenz darstellen und bei der Abgrenzung von Pflege- und Krankenversicherung als Pflegeleistung angesehen werden, die aber im Medizinhaftpflichtprozess als medizinische Behandlung angesehen werden. Da die Behandlungspflege unter ärztlicher Gesamtverantwortung, im Rahmen des ärztlichen Behandlungsplanes stattfindet, muss zumindest eine Abstimmung mit dem ärztlichen Dienst erfolgen.



**Dienstrecht vor  
Berufsrecht**

### REZEPT: ENTSPANNENDES LAVENDELBAD - Auszeit für zu Hause

#### ZUTATEN & UTENSILIEN

10 g Kamillenblüten  
10 g Lavendelblüten  
2 Tr. Lavendel fein bio  
Teebeutel & Schnur/Band zum Verschließen  
Schüssel zum Mischen  
Waage

#### ZUBEREITUNG

Getrocknete Blüten mit ätherischem Öl vermischen, in einen Teefilter geben und mit einem Band verschließen.

#### ANWENDUNG

Das Säckchen direkt in das Badewasser geben und entspannen.

## WER DARF AROMAPFLEGE DURCHFÜHREN?

Die äußere Anwendung von ätherischen Ölen, die keine Arzneimittel sind, bedarf keiner ärztlichen Anordnung, insofern sie pflegeindiziert sind, sich also innerhalb des Bereichs „Selbstständige Aufgaben“ im Pflegeberufegesetz bewegen. Wer Aromapflege anwenden möchte, muss mit nachvollziehbaren Kenntnissen ausgestattet sein, um adäquate Anweisungen treffen zu können. Das heißt, die Pflegefachkraft muss über entsprechende Weiterbildungen im Bereich Aromapflege verfügen.

Eine Maßnahme darf in der Praxis nur dann durchgeführt werden, wenn dabei fundiertes, erlerntes Wissen zur Anwendung kommt. Das impliziert vor allem das patientenindividuelle Mischen – hier wird besonderes Fachwissen benötigt und es dürfen auf keinen Fall

Mischungen „auf gut Glück“ erstellt werden. Für den Anfang empfiehlt sich deshalb die Verwendung von Fertigmischungen, da diese in ihrer Wirkung über den Hersteller sicher sind. Es gibt bereits zahlreiche unterstützende Fertigprodukte für pflegeindizierte Indikationen.

Die jedoch mit Abstand wichtigste Voraussetzung für die Anwendung von Aromapflege im beruflichen Umfeld, ist die Zustimmung der entsprechenden Einrichtungsleitung. Nur wenn von oberster Stelle die Freigabe erfolgt, darf mit ätherischen Ölen gearbeitet werden. Daher empfiehlt sich für die Implementierung ein gut ausgearbeitetes Konzept, das alle wichtigen Fragen des täglichen Arbeitens mit Aromapflege beantwortet.

### CHECKBOX IMPLEMENTIERUNG



1.

#### Konkretes Ziel benennen

z. B.: „Ich möchte Patienten mit Übelkeit mehr Wohlbefinden verschaffen.“

2.

#### Klein anfangen

Start mit einfachen Anwendungen, wie beispielsweise Raumbeduftung oder persönlichem Dufterlebnis.

3.

#### Konzept erarbeiten

Zeit in ein gut ausgearbeitetes Konzept investieren, das spart später Zeit im Arbeitsalltag.

4.

#### Kompetenzträger integrieren

Wichtige Personen (PDL, ärztliche Direktion, Qualitätsbeauftragten, Hygienebeauftragten, ggf. Apotheke) mit ins Boot holen.

5.

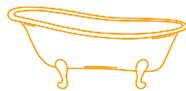
#### Kollegen informieren

Konzept mit den Kollegen teilen und auch selbst erleben lassen z. B. mit persönlichem Dufterlebnis für die Kollegen.

# ANWENDUNGEN DER AROMAPFLEGE

## RAUMBEDUFTUNG

Zur Raumbeduftung werden ein oder mehrere ätherische Öle in ein Duftgerät gegeben. Für ein besonderes Dufterlebnis kann auf fertig gemischte Duftkompositionen oder Airosprays zu bestimmten Themengebieten zurückgegriffen werden. Für die Raumbeduftung genügen bereits 2–8 Tropfen in einem Duftgerät, denn hier gilt generell: **Weniger ist mehr!**



## BÄDER

Die Funktionsweise von Teil- oder Vollbädern im Zusammenhang mit ätherischen Ölen gestaltet sich ähnlich wie bei den Waschungen. Für ein Vollbad genügen 5–10 Tropfen des ätherischen Öls, für ein Teilbad je nach Wassermenge dementsprechend weniger. Auch hier wird ein Emulgator benötigt. Ist die Haut besonders trocken, kann zusätzlich ein Esslöffel Pflegeöl mit ins Wasser gegeben werden. Mit diesen Zutaten ergibt sich ein Badeerlebnis, das ganz auf die Bedürfnisse des zu Pflegenden abgestimmt werden kann.



## PERSÖNLICHES DUFTERLEBNIS

Mit einem Dufttüchlein kann der Lieblingsduft immer dabei sein. Diese Art der Beduftung ist denkbar einfach anzuwenden. Lediglich ein paar Tropfen des gewünschten Öls auf eine Kompresse geben. Das Dufttüchlein kann in die Nähe des Kopfkissens oder auf das Nachtkästchen gelegt werden oder direkt in die Hand des zu Pflegenden. Damit lassen sich individuelle Duftvorlieben der zu Pflegenden ganz einfach in den Pflegealltag integrieren.

## WASCHUNGEN

Die Waschung an sich ist fester Bestandteil des Pflegealltags und kann mit der Kraft 100 % naturreiner, ätherischer Öle enorm bereichert werden. Hier ist die Verwendung eines Emulgators (z. B. Sahne oder Salz) besonders wichtig, da sich ätherische Öle nicht mit dem Wasser verbinden. Für eine Waschung genügt bereits eine geringe Menge des gewünschten ätherischen Öls (1–3 Tropfen in 1 EL Emulgator auf 3 Liter Wasser), zusammen mit dem Emulgator.



## HAUTPFLEGE

Die Haut ist das größte menschliche Organ und will gepflegt sein – vor allem die Haut von Menschen, die sich in einer Pflegesituation befinden, sieht sich großen Belastungen ausgesetzt. Hier vorbeugend zu arbeiten, gehört zu den Grundhandlungen einer jeden pflegenden Person und kann mit 100 % naturreinen ätherischen Ölen besonders schonend und wirksam umgesetzt werden. Denn gesunde, natürliche Haut braucht natürliche Öle. Besonders gut geeignet für den Schutz der Haut ist hierbei beispielsweise das Hautstärkungöl.

## WICKEL/KOMPRESSEN

Temperierte Ölkompresse können von einer entspannenden bis hin zu einer lindernden Wirkungsweise zahlreiche hilfreiche Eigenschaften aufweisen. Sie eignen sich besonders gut für die lokale, gezielte Anwendung am zu Pflegenden. Für diese Art der Aromapflege empfiehlt es sich, auf ideal zusammengestellte Fertigmischungen zurückzugreifen. In der Praxis 1–2 EL der Ölmischung auf eine Kompresse träufeln und in dem eigens dafür konzipierten Thermoduftstein erwärmen. Das Tuch auf die betreffende Körperstelle legen und mit einem Handtuch befestigen.



im Raum

### ANWENDUNG

### BESCHREIBUNG

### TIPPS & HINWEISE

#### Raumbeduftung

Ein oder mehrere ätherische Öle in einem Duftgerät oder als Raumspray.

Für den Anfang mit Fertigprodukten arbeiten

#### Persönliches Dufterlebnis

Ein paar Tropfen des gewünschten Duftes auf eine Kompresse geben und auf dem Nachtkästchen platzieren.

Dufttüchlein gut geeignet als schnelle, einfache Anwendung

#### Bäder

Einsatz von ätherischen Ölen in Voll- und Teilbädern.

5–10 Tropfen ätherisches Öl für ein Vollbad

#### Waschungen

Waschwasser mit äth. Ölen statt Duschpräparaten anreichern. Spart Abwaschen der Tenseite, unterstützt vorbeugende Maßnahmen.

Verhältnis: 1 Tr. äth. Öl | 1 EL Emulgator | 3 l Wasser

#### Hautpflege

Körperpflege, Einreibungen oder Teilmassagen mit Aromapflegeprodukten.

Hautstärkungöl für einfache, sichere Anwendung

#### Wickel/Kompresse

Ölmischung in Thermoduftstein erwärmen, mit Kompresse direkt auf betreffende Körperstelle auflegen.

1–2 Esslöffel der Fertigmischungen verwenden

am Körper

## AROMAPFLEGE WIRKT

**Aromapflege ist eine komplementäre Pflegemethode, die den Mensch als Einheit von Körper, Geist und Seele betrachtet.**

Der Einsatz ätherischer Öle in der Pflege lindert Schmerzzustände, fördert Gesundheit und Wohlbefinden und verbessert die Lebensqualität. Dazu gibt es zahlreiche Studien.

Studien wie beispielsweise die zur „Verbesserung der Schlafqualität von kardiologischen Intensivpatienten durch Lavendel“\*. Hier wird auf eines der häufigsten Probleme von Intensivstationen eingegangen: Schlafstörungen. Ein Problem, das in der Regel mit Schlaftabletten behandelt wird. Im Rahmen der Studie wurde die Schlafqualität von 64 Patienten mit ischämischer Herzkrankheit über einen Zeitraum von drei Nächten untersucht. Dabei wurde eine Versuchsgruppe mit Lavendelöl

beduftet, eine Kontrollgruppe bekam keine Intervention. Die Datenanalysen der beiden Gruppen ergaben einen deutlichen Unterschied und ein eindeutiges Ergebnis: Die Schlafqualität der Versuchsgruppe, bei der mit Lavendel beduftet wurde, war signifikant verbessert. Somit ist eine positive Wirkung von Lavendelöl auf die Schlafqualität als erwiesen anzunehmen.

Aromapflege ist eine komplementäre Pflegemethode, die den Menschen als Einheit von Körper, Geist und Seele betrachtet. Jede dieser Dimensionen ist voneinander abhängig und beeinflusst sich gegenseitig. Durch die Verwendung von Pflanzenölen können Beeinträchtigungen wie Schlaflosigkeit verringert werden, was Studien, wie die hier Angeführte, eindeutig belegen. Ein weiterer Vorteil von ätherischen Ölen ist ihre Sicherheit. Sie haben keine oder nur gering ausgeprägte Nebenwirkungen.

\*Iran Journal of Nursing and Midwifery Research. 2010. Autumn; 15(4): 234-239

## ERFOLGREICH IN DER PRAXIS

DAS CARITAS-PFLEGEZENTRUM „ST. HILDEGARD“ IN PÖTTMES



**Die Einrichtung arbeitet bereits seit 2004 mit der Aromapflege. Das Haus hat die ätherischen Öle gezielt in das Qualitätsmanagement eingeführt und die Aromapflege somit fest im System verankert. Die Aromapflege ist Bestandteil des Heimvertrags und wird hier als Zusatzleistung kommuniziert.**



### ZU PFLEGENDE UND MITARBEITER PROFITIEREN VON DER AROMAPFLEGE

Das Haus kann durch die Aromapflege große Erfolge verzeichnen. Zu Pflegenden benötigen weniger Psychopharmaka und Schmerzmittel, Pilzkrankungen und wund Stellen treten durch die vorbeugende Anwendung weniger häufig auf. Für die Mitarbeiter dient die Aromapflege als Stressprävention und körperliche Stärkung – neue Mitarbeiter bewerben sich ganz bewusst in dieser Einrichtung, weil sie die ganzheitliche Betrachtung des Menschen schätzen und die positiven Effekte der Anwendungen auf alle Beteiligten spüren.

### DIE ANGEHÖRIGEN SIND BEGEISTERT

Die Angehörigen schätzen vor allem die positiven Effekte der Aromapflege auf ihre Familienangehörige und honorieren den Einsatz von komplementären Pflegemethoden mit großem Interesse an den ätherischen Ölen.

Ein weiterer, ganz praktischer Grund: Der Duft in der Einrichtung ist wohltuend und wirkungsvoll für alle!

„Ich bin von den Einsatzmöglichkeiten, den Wirkungsweisen auf Körper, Geist und Seele absolut überzeugt. Die positiven Wirkungsweisen zeigen sich in der täglichen Arbeit. Wir sprechen immer von Ganzheitlichkeit in der Pflege, die Öle helfen uns, den ganzen Menschen zu erreichen.“

Einrichtungsleitung



## DAS PRIMAVERA QUALITÄTS-VERSPRECHEN

NUR, WAS UNS 100% ÜBERZEUGT, BEGEISTERT UNS AUCH



Allerhöchste Qualität unserer Produkte und allerhöchste Reinheit der Inhaltsstoffe sind unsere wichtigsten Grundsätze. Unsere ätherischen Öle sind immer naturbelassen, unverfälscht und stammen von der Ursprungspflanze. Wir verwenden keinerlei synthetische oder naturidentische Zusatzstoffe. Unsere hauseigene Qualitätssicherung erfüllt den höchsten Standard, denn bei der Qualität gibt es für uns keinen Kompromiss.

Zudem ist der Entstehungsprozess unserer Produkte absolut transparent und kann vom Acker bis ins Fläschchen nachverfolgt werden. Damit können wir Produkte garantieren, die in ihrer Natürlichkeit und Reinheit eine absolute Bereicherung für Pflegende und zu Pflegende darstellen. Denn nur 100% naturreine ätherische Öle bieten die volle Kraft der Pflanzen und können so ihre volle Wirkung auf den Menschen entfalten.

## AROMAPFLEGE

EINFACH UND SICHER ANWENDEN

Seit 30 Jahren vertrauen Mitarbeiter im Klinik- und Pflegebereich auf die kraftvolle Wirkung der ätherischen Öle von PRIMAVERA. Die bewährtesten Rezepturen wurden für Anwendungen in der Pflege ausgewählt und sind in Apotheken sowie im therapeutischen Fachhandel erhältlich. Die Massageöle beinhalten ausschließlich rein vegane Rohstoffe aus

kontrolliert biologischem Anbau in bewährter PRIMAVERA Qualität. 100% naturreine Pflanzenkraft hat in hohem Maße regenerierende, wohltuende und hautpflegende Wirkung auf den Menschen. Durch natürliche Hautpflege bleibt das gesunde Hautbild erhalten, die Epidermis wird in ihrer Schutzfunktion gestärkt und Pflegeproblemen kann vorgebeugt werden.



**MUSKEL- & GELENKMASSEGEÖL BIO**  
Unterstützt die Massage von strapazierten Muskeln und Gelenken, bei eingeschränkter Mobilität und nach sportlichen Aktivitäten.

**ATEM-AKTIV-ÖL BIO**  
Belebendes Massageöl für eine rhythmische Einreibung, die das freie Durchatmen fördert und die Atmung vertieft.

**HAUTSTÄRKUNGSÖL BIO**  
Pflege, Schutz & Regeneration der Haut, zur Vorbeugung von Dekubitus und Intertrigo.

**WEGBEGLEITUNGSÖL BIO**  
Ausgleichende und tröstende Duftmischung zur Anwendung mit verschiedenen Duftgeräten. Gibt Mut, Kraft und Zuversicht in emotional schwierigen Situationen und ist besonders geeignet als Begleitung im Sterbeprozess.

**ENTSPANNUNGSÖL BIO**  
Fördert ein entspanntes Hautgefühl und wirkt mit einer Massage schlaffördernd.

Entdecken Sie unsere Vielfalt: gebrauchsfertige Produkte, naturreine ätherische Öle zur individuellen Anwendung, Raumbeduftung und mehr unter [www.primaveralife.com/shop](http://www.primaveralife.com/shop)

### BIO KONTROLLIERT BIOLOGISCH

Der Bio-Button kennzeichnet Produkte mit Rohstoffen aus kontrolliert biologischem Anbau.

### VEGAN VEGAN

Wir verwenden nach Möglichkeit keine tierischen Rohstoffe. Die einzigen Rohstoffe tierischen Ursprungs sind unbehandeltes Bio Bienenwachs und ein milder Milchemulgator.

### ZERTIFIZIERTE BIO- & NATURKOSMETIK

Natrue steht für zertifizierte Bio- und Naturkosmetik und setzt den höchsten Standard bei der Definition von Natürlichkeit, Qualität und Transparenz. [www.natrue.org](http://www.natrue.org)

### OHNE TIERVERSUCHE

Der Hase mit der schützenden Hand steht für die Einhaltung der strengsten Tierschutzrichtlinien weltweit. [www.ihfn.de](http://www.ihfn.de)

## WIE KANN ICH MICH WEITERBILDEN?

PRIMAVERA bietet Ihnen ein umfangreiches Schulungsangebot, das auf Ihre Bedürfnisse zugeschnitten ist. Wir kommen direkt zu Ihnen in die Einrichtung und schulen Sie und Ihre Kollegen vor Ort.

Neben den Schulungen in Ihrem Haus, haben Sie die Möglichkeit, an Weiterbildungen bei uns in der PRIMAVERA Akademie in Oy und deutschlandweit teilzunehmen. Auch diese Seminare sind fachgerecht aufbereitet und bringen Sie in speziellen Themengebieten der Aromapflege gezielt voran.



Für alle weiterführenden Seminare, bis hin zur Ärztlich geprüften PRIMAVERA AromaxpertIn, besuchen Sie uns auf unserer PRIMAVERA Akademie Homepage.  
<https://akademie.primaveralife.com/>

E-Mail: [akademie@primaveralife.com](mailto:akademie@primaveralife.com)  
Tel: +49 (0)8366/8988 977

### INHOUSESCHULUNGEN, DIREKT IN IHRER EINRICHTUNG

#### Grundlagen Aromapflege

Inhalt:

- Grundlagen zum Umgang mit ätherischen Ölen
- Integration und praktische Anwendung von ätherischen Ölen in die Grundpflege und zur Raumbeduftung
- Vorstellung und Anwendung von Pflegemischungen und Einzelölen
- rechtliche Hintergründe zum Einsatz von ätherischen Ölen

**Umfang: 1 oder 2\* Tage**

#### Aufbauseminare

- vertiefter Einstieg in die Aromapflege im speziellen Thema (Palliative Care, Altenpflege/Demenz, Onkologie, Psychiatrie)
- praktische Anwendungen und Rezepte

### AUFBAUSEMINARE BEI PRIMAVERA UND DEUTSCHLANDWEIT (AUSWAHL)

#### Aromapflege Basis-Training:

Ätherische Öle werden seit vielen Jahren erfolgreich in der Krankenpflege eingesetzt. Die Anwendung erfolgt über die Nase oder über die Haut als Einreibung, Massage, Waschung oder Kompresse.

Die verwendeten Essenzen haben sowohl einen pharmakologischen Effekt als auch eine positive Wirkung auf die Psyche. Zu Pflegenden und Pflegefachkräften erleben die Kombination aus Duft und Berührung als wahre Bereicherung. Das Basis-Training vermittelt Ihnen das Grundlagenwissen auf dem Gebiet der Aromapflege.

#### Stress reduzieren und das Immunsystem stärken:

Viele klinische Studien zeigen, dass ätherische Öle bei Stress und Angst helfen und die Lebensqualität verbessern. Aus der Psychoneuroimmunologie ist bekannt, dass das persönliche Wohlbefinden die Genesung unterstützt und das Immunsystem stärkt.

Lernen Sie, welche Öle für Stressabbau, zum Mutmachen und für ein stabiles Immunsystem gut geeignet sind und wie man typengerechte Duftmischungen herstellt und anbietet.

#### Aromachemie:

Keine Angst vor Chemie!

Wer therapeutisch oder in Pflegeberufen arbeitet, benötigt umfassende Kenntnisse zu Inhaltsstoffen und Wirkweisen ätherischer Öle.

Erleben Sie spielerisch die spannende Welt der Aromachemie. Werden Sie dabei noch sicherer im Umgang und beim Mischen mit ätherischen Ölen.

#### Aromatherapie bei verschiedenen Beschwerdebildern:

Ätherische Öle sind starke und verlässliche Helfer in der Kranken- und Altenpflege. Sie wirken sich positiv auf den Krankheitsverlauf aus, fördern und unterstützen den Genesungsprozess und sind vielseitig einsetzbar.

Vertiefen Sie Ihre Kenntnisse über die Wirkmechanismen wichtiger Therapeutenöle im Alltag und der beruflichen Praxis.

#### Implementierung der Aromapflege:

Wie führe ich ätherische Öle in meiner Institution ein? Wie überzeuge ich Kollegen und Vorgesetzte von der Wirksamkeit ätherischer Öle? Wie sieht die Rechtslage aus?

Sie erhalten Informationen zur Dokumentation, Hygienebestimmungen, rechtskonforme Anwendung und vieles mehr.

#### Aromapflege bei Angst, Unruhe & depressiven Verstimmungen:

Alternative Methoden, die zur sogenannten Komplementärmedizin gehören, sind in Pflegeberufen nicht mehr wegzudenken. In der Pflege treten zur Haupterkrankung häufig sogenannte Befindlichkeitsstörungen – meist psychischer Art – auf, für die es schulmedizinisch selten Lösungen gibt. Aromaanwendungen sind wunderbare Hilfsmittel zur Linderung von Angst, Unruhe und Schlafstörungen.



PRIMAVERA®

## Komm in unsere Facebook Gruppe!

„Aromapflege für Pflegefachkräfte“

PRAKTISCHE TIPPS, REZEPTE UND  
AKTIVER ERFAHRUNGSUSTAUSCH  
MIT AROMAPFLEGEEXPERTINNEN

