

Einführung	6
------------	---

<b>① DAS ZUBEHÖR FÜR EIN DUFTENDES AMBIENTE</b>	<b>18</b>
Räucherstäbchen	10
Armenisches Papier	12
Duftkerzen	13
Duftstäbchen	15
Potpourri	16
Kissenspray	17
Ätherische Öle	18
Hydrolate	20
Raumspray	21

<b>② FÜNF REGELN FÜR GUTE LUFT</b>	<b>22</b>
Regel 1: Täglich lüften	24
Regel 2: Regelmäßig putzen	24
Regel 3: Staub wischen	24
Regel 4: Waschen	25
Regel 5: Aufräumen	25

## **③ EIN EIGENER DUFT FÜR JEDEN RAUM**

Eingang	28
Wohnzimmer, Esszimmer	30
Arbeitszimmer	32
Schlafzimmer	34
Küche	35
Badezimmer	37
Schränke und Kommoden	38
Haustierecke	39

## **④ SELBST GEMACHT!**

Kerzen	42
Potpourri	44
Duftstäbchen	45
Kissenspray	46
Lavendel	46
Zitrusdüfte	48

## **⑤ ANHANG**

Ätherische Öle – Überblick	52
Einstufung und Kennzeichnung von Chemikalien	56
Wichtige Notruf-Nummern	59
Sachregister	60
Weitere Informationen	63
Impressum	64