

Einführung .....	6
------------------	---

## ① DAS ZUBEHÖR FÜR EIN DUFTENDES AMBIENTE 18

Räucherstäbchen .....	10
Armenisches Papier .....	12
Duftkerzen .....	13
Duftstäbchen .....	15
Potpourri .....	16
Kissenspray .....	17
Ätherische Öle .....	18
Hydrolate .....	20
Raumspray .....	21

## ② FÜNF REGELN FÜR GUTE LUFT 22

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 26

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

## ④ SELBST GEMACHT! 40

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

## ⑤ ANHANG 90

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