

# ATLAS<sup>plus</sup>

## AROMATHERAPIE FÜR KÖRPER, GEIST & SEELE



Gesundheit ist ein Zustand vollkommenen physischen, geistigen und sozialen Wohlergehens und nicht nur das Fehlen von Krankheit und Behinderung.

---

\*Definition der WHO in der Präambel zu ihrer Charta

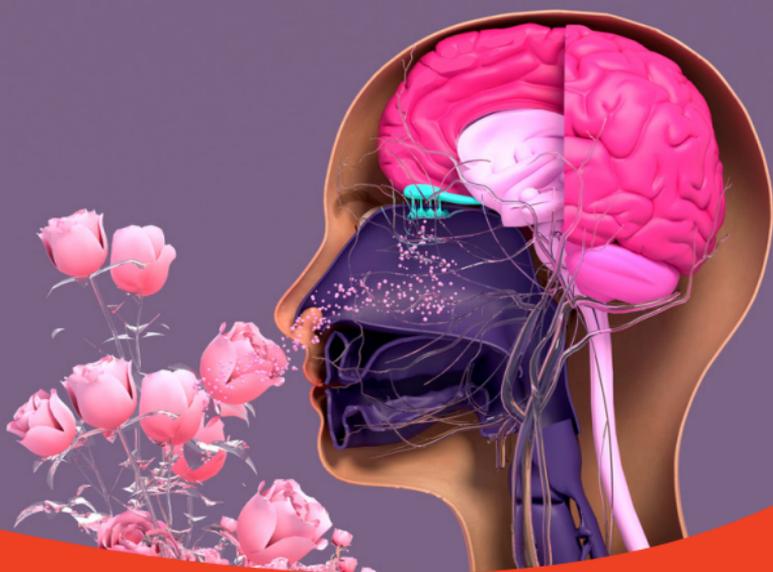
## WAS IST AROMATHERAPIE?

Aromatherapie beschreibt die Anwendung ätherischer Öle zur Steigerung des Wohlbefindens.

Die Therapie mit ätherischen Ölen ist ein Teilbereich der Phytotherapie (Pflanzenheilkunde). Ihre Anwendung beruht zum einen auf einer jahrhundertlangem Erfahrung, als auch auf wissenschaftlichen Untersuchungen und gilt als komplementäre Heilmethode. Neben den biochemischen Inhaltsstoffen ist der Duft eines ätherischen Öls essenzieller Bestandteil der positiven Wirkung.

Die höchste Qualität der eingesetzten ätherischen Öle ist ausgesprochen wichtig. Deshalb verwenden wir nur 100% pure und reine ätherische Öle.





## WIE WIRKT AROMATHERAPIE?

Aromatherapie wirkt nach dem salutogenetischen Prinzip. Nicht die Suche nach Ursachen und die Behebung von Problemen stehen im Fokus, sondern die Beachtung von schützenden und Ressourcen aktivierenden Faktoren. Die zentrale Frage lautet stets: wie entsteht Gesundheit? Mit Blick auf die Natur lässt sich auch dort ein salutogenetisches Prinzip finden. Ätherische Öle dienen als sekundäre Pflanzenstoffe der Gesunderhaltung und dem Schutz der Pflanze. Psychotherapeutische Aromapraxis entspricht der Grundhaltung, dass in jeder Situation gesunde Aspekte vorhanden sind. Diese werden durch die Aromatherapie gestärkt.

Das Duftgedächtnis ist bei jedem Menschen einzigartig. Unterbewusst koppeln wir Bilder an Gerüche. Wenn wir bestimmte Erinnerungsbilder abrufen, rufen wir automatisch auch die dazugehörige Dufterinnerung ab. Düfte können Auslöser für Sympathie und Antipathie sein, Stimmungen und Emotionen beeinflussen, das Sozial- und Sexualverhalten steuern, den Hormonstatus verändern und als chemische Kommunikationsmittel dienen.

## WIE GEHT DAS IN DER AROMAPRAXIS?

Bevor die Düfte zum Einsatz kommen, erzählst Du in einem ersten Gespräch, welche Erwartungen Du hast. Was soll der Duft leichter machen? Wobei wünschst Du dir Unterstützung? Auf Basis der Informationen aus unserem Erstgespräch, treffe ich eine Auswahl dazu passender ätherischer Öle.

In einem zweiten Termin riechen wir uns gemeinsam durch die Düfte und Du entscheidest intuitiv, welche Dich besonders ansprechen. Du kannst ausgiebig die verschiedenen Düfte erforschen. Deine Wahrnehmung wird Dir zeigen, welcher Duft oder welche Duftmischung für Dich am besten geeignet ist, Dir Unterstützung gibt. Du bekommst Deine persönliche Duftmischung mit nach Hause und setzt diese nach Deinem persönlichen Protokoll ein.

Nach einer gemeinsam festgelegten Zeit treffen wir uns wieder zu einem Gespräch, in dem wir Deine positiven Veränderungen besprechen und die Öle wenn nötig anpassen.

## DU MÖCHTEST EINEN TERMIN VEREINBAREN?

In einem persönlichen Telefonat können wir vorab wichtige Fragen klären und einen Termin vereinbaren.

Du erreichst mich telefonisch unter 0160 5386211 oder per Email an [frey@atlasplus.de](mailto:frey@atlasplus.de)

ATLASplus Privatpraxis  
AtlasPROfilax® und Physiotherapie  
Volker Werner & Tanja Frey  
Metzingen | Upfingen | On Tour  
[www.atlasplus.de](http://www.atlasplus.de)

