

Maak Je Eigen Parfum

Een praktische gids voor natuurlijke geurcreaties met etherische oliën



Veel commerciële parfums bevatten voornamelijk synthetische ingrediënten. Gelukkig is er een puur, natuurlijk alternatief: **zelf parfum creëren met etherische oliën**. Hiermee maak je niet alleen een unieke, persoonlijke geur, maar ervaar je ook de heilzame en rustgevende effecten van pure plantenextracten op stemming en emoties.

Puur & Transparant

Geenverborgen chemischestoffen.
Je weet exact wat je op je huid
aanbrengt: enkel pure natuurkracht.

Uniek & Persoonlijk

Creëer een parfum dat perfect past
bij jouw stemming en identiteit. Geen
enkele fles is exact hetzelfde.

Voordelig & Duurzaam

Zelf geuren mengen is voordeliger en
biedt eindeloze variatie. Een prachtig,
betekenisvol cadeau om te geven.

De Geuropbouw: Top-, Hart- en Basisnoten

Een harmonieus parfum is gelaagd opgebouwd. Door oliën uit drie verschillende geurcategorieën te combineren in de verhouding **30% topnoten, 50% hartnoten en 20% basisnoten**, evolueert de geur prachtig gedurende de dag.

Topnoten (30%)

*De eerste indruk. Fris, licht en levendig,
maar vervliegt snel.*

- Bergamot
- Citroen & Lime
- Wilde Sinaasappel
- Pepermunt
- Eucalyptus

Hartnoten (50%)

*De kern en ziel van het parfum. Bloemig
en kruidig, blijft uren hangen.*

- Lavendel
- Ylang Ylang
- Geranium
- Kamille (Romeins)
- Jasmijn

Basisnoten (20%)

*Het warme fundament. Rijk en diep.
Houdt de lichtere geuren vast.*

- Sandelhout
- Patchouli
- Wierook (Frankincense)
- Cedarwood
- Vanille

Drie Manieren om Parfum te Maken

1. Klassiek Parfum op Alcoholbasis

KLASSIEKE SPRAY • RIJK & KRACHTIG • 15-20% CONCENTRATIE

INGREDIËNTEN

- 15-20% etherische oliën (ca. 30-40 druppels per 10ml)
- 80-85% alcohol (minimaal 70% alcohol of pure, reukloze wodka)
- Eventueel een scheutje rozenwater en een glazen sprayflesje (10ml)

BEREIDING

1. Meng de geselecteerde etherische oliën direct in een glazen sprayflesje.
2. Vul het flesje aan met de alcohol en meng het rustig.
3. Laat het parfum **minimaal 48 uur tot 2 weken rijpen** op een donkere, koele plek. Dit verbetert de diepte van de geur aanzienlijk. Schudden voor gebruik.

2. Parfum Roller op Oliebasis

ONDERWEG•GEOVOELIGEHUD•ZACHT& VERZORGEND

INGREDIËNTEN

- 18 druppels etherische oliën (naar keuze, verdeeld over top, hart en basis)
- 10ml plantaardige draagolie (Jjoba-olie is ideaal; geurloos en trekt snel in)
- Glazen rollerflesje van 10ml

BEREIDING

1. Druppel de gewenste etherische oliën rechtstreeks in de glazen roller.
2. Vul de rest van het flesje met de Jjoba-olie (of gefractioneerde kokosolie).
3. Druk de rollerball vast, schud zachtjes en breng aan op pulse-points (polsen, hals, achter de oren).

3. Solid (Vast) Parfum

SUBTIEL•REISVRIENDELIJK•COMPACT & ROMIG

INGREDIËNTEN

- 50g bijenwas (of sojawas voor een volledig veganistisch alternatief)
- 50g kokosolie (of jjoba-olie voor een minder vette textuur)
- 10–15 druppels etherische oliën naar keuze en een klein blikje of potje

BEREIDING

1. Smelt de bijenwas en de kokosolie samen au bain-marie.
2. Haal van de hittebron en laat kort afkoelen tot circa 60°C (zo beschadig je de geurmoleculen niet).
3. Voeg de etherische oliën toe, roer goed door en giet direct in het potje. Laat volledig stollen.

! Veiligheid- en Bewaartips

- **Altijdverdunnen:** Breng pure etherischeoliën nooit onverdund direct aan op de huid. Gebruik altijd alcohol of een draagolie.
- **Fototoxiciteit bij citrus:** Oliën zoals bergamot, citroen en grapefruit verhogen de gevoeligheid voor UV-straling. Vermijd zonlicht tot 12 uur (bij bergamot 36 uur) na gebruik op de huid.
- **Huidtest (Patch-test):** Test een nieuw parfum altijd eerst op een klein stukje huid (binnenkant pols) en wacht 24 uur om allergische reacties uit te sluiten.
- **Luchtdicht & Donker:** Bewaar je creaties in donker gekleurd glas op een koele plaats. Gebruik geen standaard plastic, omdat pure etherische oliën plastic kunnen aantasten.

bekijk de startsets



Home Essentials Kit

10olieenvan elk 15mlinclusief Air, On Guard, Lavendel, Citroen, Pepermunt, Frankincense, Tea Tree, Oregano en ZenGest. De complete startset met diffuser voor dagelijks gebruik in huis.

helio.work/product/home-essentials-doterra/



Family Essentials Kit

10olieenvanelk 5mlkleine flesjes perfect voor kennismaking of onderweg. Bevat onder andere Tea Tree, Lavendel, Citroen en On Guard. Goed combineerbaar met de Home Essentials set.

helio.work/product/family-essentials-kit-doterra/

