

Nr 1 (87), t.23

N] a U D &

Aromaterapia



Kwartalnik Polskiego
Towarzystwa
Aromaterapeutycznego

Olejekimbowy

5 f c a U h Y f U d] U ' k ' g W \ c f n Y b] U
A] h U ' d] Y d f n c k U

Polacy w krainie perfumerii

6 U ^ _ c k m ' k] U h ' n] a c k m W \ ' n U

Dr Beata Radzi

ISSN 2082-9205

U | c p q y p k " R c u v y q

W sezonie zimowym olejki eteryczne powinny być stosowane szczególnie niedo nawiania i dezynfekowania pomieszczeń. O tej porze roku przeziębień i katarów nie kają nas częściej, gdyż łatwo jest się zarazić. St profilaktycznie warto nawianić pomieszczenia, w których przebywamy większość dnia, szczególnie, jeśli jesteś mieszkańcem dużych miast. Wiatr, plucha, częste opady śniegu i deszczu, zimno nie zachęcają do spacerów. Do dezynfekcji powinno się stosować w mieszkaniach i biurach olejki eteryczne zalecane w poradach Dr Beta.

W tym numerze, w cyklu „Najcenniejsze olejki eteryczne” opisujemy olejek limbowy otrzymywany z gatunku szlachetnej limby górskiej o charakterystycznym leśnym zapachu, jest on ceniony w aromaterapii ze względu na silne działanie przeciwbólowe.

W cyklu „Historie ziół” autorka opisuje popularną roślinę, mięty pieprzową oraz olejek z niej destylowany. Olejek mięty pieprzowej jest szczególnie polecany do inhalacji przy katarze i zatkanym nosie, udrażnia go i ułatwia oddychanie. Zapach mięty jest jednym z najpopularniejszych zapachów: cukierki, gumy do żucia, pasty do zębów, kosmetyki, a nawet czekoladki mięto-pieprzowe są na całym świecie. Stosowany w pomieszczeniach olejek mięty pieprzowej odświeża i orzeźwia.

Odsyłam również Państwa do zapoznania się z artykułem dotyczącym stosowania olejków w eterycznych w schorzeniach narządu ruchu, szczególnie w chorobie stawów i osteoporozie. Przewlekłe stosowanie leków przeciwbólowych prowadzi do wielu działań ubocznych, stąd sięganie po metody alternatywne może przynieść tylko korzyść. Artykuł ten jest opracowany na podstawie pracy magisterskiej, nagrodzonej w Konkursie Aromaterapia i Nauka 2015, ogłoszonym co roku przez Polskie Towarzystwo Aromaterapeutyczne.

Zainteresowanie czytelników powinien wzbudzić również artykuł o historii perfumerii od starożytności do czasów współczesnych, który publikujemy przy okazji 60-lecia istnienia firmy Pollena-Aroma Sp. z o.o., wydawcy kwartalnika. Jubileusz obchodziliśmy w 2016 r.

Na zakończenie zachęcam wszystkich Państwa do korzystania z pięknych zapachów nie tylko dla własnego zdrowia, ale również dla przyjemności, a jakie perfumy wybrać dla siebie i najbliższych radzi autorka artykułu „Bajkowy śnieg zimowych zapachów”.



Iwona Konopacka-Brud
Redaktor Naczelna

W NUMERZE

Najcenniejsze olejki

dr inż. Anna Lis, inż. Aleksandra Kalinowska

Olejek limbowy

W artykule przedstawiono opis botaniczny limby (*Pinus cembra* L.) oraz otrzymywanie olejku eterycznego z jej gałązek. Podano charakterystykę zapachową, parametry fizykochemiczne i skład chemiczny. Opisano zastosowanie olejku limbowego w aromaterapii i przemyśle kosmetycznym.

5

Aromaterapia i nauka

mgr Patrycja Molska-Wiszowata

Cytochrome P-450 w aromaterapii

W artykule opisano zastosowanie aromaterapii, czyli naturalnej metody leczniczej wykorzystywanej w fizjoterapii. Przedstawiono wykorzystanie naturalnych olejków eterycznych w takich schorzeniach narządu ruchu jak osteoporoza, zapalenie stawów i bóle reumatyczne pochodzenia. Zaprezentowano także oddziaływanie wybranych olejków eterycznych na termoreceptory skórne.

15

Jak wybrać olejki eteryczne

dr inż. Ewelina Pióro-Jabrucka

Olejek z mięty pieprzowej (*Mentha piperita* L.)

Mięta pieprzowa (*Mentha piperita*) jest jedną z najważniejszych roślin aromatycznych z rodziny jasnotowatych. Jest powszechnie uprawiana w wielu rejonach świata. Liście oraz olejek mięty pieprzowej są szeroko stosowane w lecznictwie (choroby przewodu pokarmowego, infekcje dróg oddechowych), także w przemyśle kosmetycznym i spożywczym.

32

Polacy w krainie perfumerii, 60 lat firmy Pollena-Aroma

Dr inż. Władysław S. Brud

44

Przygoda z perfumami

mgr Monika Kaleta

Diamenty i kwiaty – symboli miłości

Zima to czas spotkań z rodziną i przyjaciółmi. Czas prezentów. W poszukiwaniu wyjątkowego podarunku dla bliskiej nam osoby, warto zaglądnąć do perfumerii. Jakie nowinki pojawiły się na rynku oraz trendy dominujące w świecie zapachów? Na te i inne pytania znajdzie Pan odpowiedź w tym artykule.

63

Dr Beta i Radzi

Preparaty do dezynfekcji i nawaniania

W sezonie zimowym Dr Beta zaleca nawanianie i dezynfekowanie powierzchni w pomieszczeniach, w których spędzamy większość czasu o tej porze roku. Prezentuje cztery mieszanki olejków eterycznych stworzone z myślą o różnych preferencjach zapachowych, aby każdy z nas mógł stosować to, co najbardziej mu odpowiada.

69

Informacje

Polskie Towarzystwo Aromaterapeutyczne

- Zbiórka PTA

- Konkurs Aromaterapia i Nauka

- Kursy Aromaterapii pod patronatem PTA

- Gdzie kupować olejki eteryczne najwyższej jakości

- Gdzie korzystać z usług dyplomowanych aromaterapeutów

72

75

76

77

81

Index Copernicus

Keywords: Aromaterapia, olejki eteryczne, pielęgnacja skóry

83

84

CONTENTS

Most valuable essentials oils

Dr Anna Lis , Aleksandra Kalinowska Ch. E.

Swiss stone pine oil

5

A review. Essential oil of Swiss stone pine (*Pinus cembra*) is presented. Production, physicochemical data, chemical composition and application of the oil in aromatherapy and cosmetic industry are described.

Aromatherapy and science

Patrycja Molska - Wiszowata M. Sc.

Aromatherapy in motor organ disorders

15

The article describes the applications of aromatherapy, which is a natural healing method used in physiotherapy. The use of natural essential oils in such motor organ disorders as osteoporosis, arthritis and pain of various origins is presented. An impact of selected essential oils on the skin thermoreceptors is also discussed.

Herbal stories

Dr Ewelina Pió r- Jabrucka

Peppermint ó*Mentha piperita* (L.)

32

Peppermint (*Mentha piperita*) is one of the most aromatic plant of the *Lamiaceae*. It is cultivated on numerous plantations in many regions of the world. The leaf and essential oil of peppermint are used in the medicine (gastrointestinal diseases, respiratory infections) and in the food and cosmetic industries.

People of Poland in fragrance world, 60 anniversary of Pollena-Aroma Ltd

44

Dr Wł adysł aw S. Brud

Adventure of perfume

Monika Kaleta M. Sc

Fabulous world of winter perfumes

63

Winter is the time of meetings with family and friends. The time of gifts. Perfumes are always a good idea for Christmas gifts. If you look for a unique gift for special person a perfume shop is a good way to your success. What new products have appeared on the market and what are dominate trends in the world of fragrances? In the article you will find an answer to this and many other questions.

Dr Beta ¹ Advises

Odorization rooms in winter

69

Dr. Beta recommended odorization and disinfecting surfaces in the rooms where we spend most of our time in winter. Four blend of essential oils designed for different fragrance preferences are presented.

Information

- Polish Aromatherapy Association

72

- Aromatherapy and Science Competition

75

- Aromatherapy courses

76

- Where to buy quality essentials oils

77

- Where to find aromatherapists–useful addresses

81

Index Copernicus

83

Information for Authors and for Readers

84

Dr Beta I Radzi

NAYCPKCPKG " RQOKGU \ E \ G " \ KOQY " I

W sezonie zimowym Dr Beta zaleca nawanianie i dezynfekowanie powierzchni w pomieszczeniach, w których spędzamy większość czasu o tej porze roku. Prezentuje cztery mieszanki olejków eterycznych stworzone z myślą o Twoich preferencjach zapachowych, tak, aby każdy z nas mógł stosować to, co najbardziej mu odpowiada.

I znowu zima, musimy ogrzewać domostwa, miejsca pracy i wszystkie pomieszczenia, w których my i nasze rodziny o tej porze roku spędzamy większość dnia. Niestety, ze względu na aurę wychodzimy tylko na chwilę, większość dnia przebywając w mieszkaniach. Tak ważną rolę w nich ciepło również spełnia, a niestety, powietrze w nich jest suche, co wpływa niekorzystnie na drogi oddechowe, skórę i włosy. Warto więc skorzystać z porad i stosować odpowiednie nawilżenie i nawanianie pomieszczeń pachnącymi olejkami eterycznymi według poniższych propozycji:

O k g u | c p m k " qóff g y | k p h g h w d q 'è g

Dr Beta I K " N g p c "

Olejek sosnowy	3 krople
Olejek cyprysowy	3 krople
Olejek jałowcowy z jagód	2 krople
Olejek cedrowy	2 krople



Dr Beta II Korzenna

Olejek cynamonowy z kory	2 krople
Olejek goździkowy z pąków	2 krople
Olejek imbirowy	2 krople
Olejek pomarańczowy	2 krople
Olejek cytrynowy	2 krople



F t " D g v c " K K K " \ k q € q y c

Olejek mięty pieprzowej	4 krople
Olejek drzewa herbacianego	3 krople
Olejek eukaliptusowy	2 krople
Olejek paczulowy	1 kropla



F t " D g v c " K X " \ o { u € q y c " w p k y g i c

Olejek cytrynowy	4 krople
Olejek ylangowy	2 krople
Olejek rozmarynowy	2 krople
Olejek sandałowy	2 krople



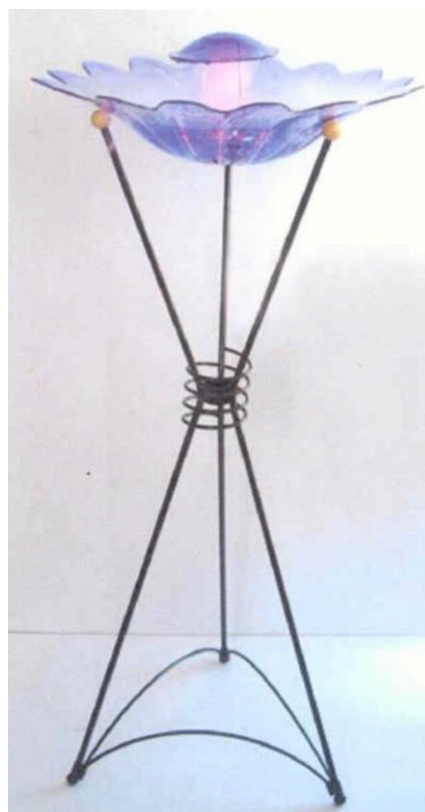
Olejki eteryczne tworzące mieszanki Dr Beta mają działanie przeciwdrobnoustrojowe, zapobiegają więc rozprzestrzenianiu się bakterii i wirusów, dezynfekują pomieszczenie i jednocześnie nadają przestrzeni, w której przebywamy miły, łagodny zapach. Mieszankę wybieramy zgodnie z upodobaniami. Każdy z nas może być wrażliwy na inny typ zapachu, stąd do wyboru cztery różne propozycje zapachowe o zbliżonych właściwościach antyseptycznych.

U r q u » d " w { e k c " o k g u | c p g m " F t " D g v c <

- < **kominek aromaterapeutyczny** - 10÷15 kropli mieszanki Dr Beta dodać do miseczki kominka aromaterapeutycznego wypełnionej wodą i odparowywać. Stosować raz dziennie. Dawka zalecana jest do pomieszczenia 10 ÷ 15 m².
- < **naczynia elektryczne** - 10÷15 kropli wybranej mieszanki

dodać do pojemnika z wodą i stosować zgodnie z instrukcją obsługi urządzenia. Jak wyżej 105 kropli to dawka na pomieszczenie o powierzchni 10÷15 m². Stosować raz dziennie.

- ◁ **jonizatory powietrza** – stosować różniżej wymienione dawki, raz dziennie.
- ◁ **pot pourri** – naczynie wypełnione suchymi częściami roślin (np. liście, szyszki, skórki owoców w cytrusowych itp.) skropić 10 kroplami wybranej mieszanki Dr Beta. Przy takim sposobie nawaniania olejki odparowują bardzo, bardzo wolno, bo w temperaturze otoczenia, stąd można na dawkę 10 kropli powtórzyć 3 razy w ciągu dnia.



DR BETA[®]



POLSKIE
TOWARZYSTWO
AROMATERAPEUTYCZNE



\ " [E K C " R V C

Polskie Towarzystwo Aromaterapeutyczne patronował o V Międzynarodowej Konferencji Naukowo-Technicznej zorganizowanej przez Wydawnictwo czasopism branżowych - „Przemysł u Kosmetycznego” i „Przemysł u Farmaceutycznego”. Konferencja odbyła się w Hotelu MCC Mazurkas w podwarszawskim Ożarowie w drugiej połowie października 2016 r. W bogatej ofercie wykładów w tematyce dotyczących między innymi zagadnień związanych z trendami w światowym przemyśle kosmetycznym (wykład Rektorki Karzyny Pytkowskiej z warszawskiej Wyższej Szkoły Zawodowej Kosmetyki i Pielęgnacji Zdrowia, nowymi konserwantami w kosmetykach (wykład dr Magdaleny Sikory z Politechniki Łódzkiej), nadchodzącymi zmianami legislacyjnymi w branży kosmetycznej (Anny Oborska, Dyrektor Polskiego Stowarzyszenia Przemysł u Kosmetycznego i Detergentowego), zagadnieniami uczciwej konkurencji w reklamie kosmetyków (mecenas P. Gutowski, Czyżewscy Kancelaria Adwokacka), pojawił się również temat związany z obszarem działalności Polskiego Towarzystwa Aromaterapeutycznego, czyli z olejkami eterycznymi (wykład dr Władysława S. Bruda o potencjalnych alergenach w olejkach eterycznych). Odbyły się również warsztaty tematyczne prowadzone przez dr Iwonę Konopacką pt. „Poczuj się jak „nos”, czyli tajemnice aromaterapii”. Kilkunastu uczestników konferencji wzięło udział w wytwarzaniu autorskich mieszank aromatycznych według zadanego tematu np. „Katar”, „Odświeżenie” ,

„Relaks” itp. Autorzy eksperymentalnych mieszanek olejkó w eterycznych wytwarzali w trakcie warsztatów w bardzo ciekawe kompozycje wskazują ce na dużą wiedzę oraz wrażliwość zmysłu. Uważam, że zapachó w” cieszy się niezmiennym zainteresowaniem na wszystkich organizowanych przez PTA zajęciach dla publiczności. Pełny program konferencji dostępny jest jeszcze na stronie:

http://www.kierunekbmp.pl/Resources/art/28365/bmp_5804e50cce520.pdf



Fot. 1 Dr. W. S. Brud w trakcie wykładu



Fot. 2 Dr. I. Konopacka-Brud prowadząca warsztaty aromaterapeutyczne.



Fot. 3 Dr. W. S. Brud i uczestnicy warsztatów



Fot. 4 Uczestnicy w trakcie warsztatów „Tajemnice aromaterapii”

ZCT \ F " RVC

KOMUNIKAT REDAKCJI

Z dużą satysfakcją informujemy, że od roku 2012 Kwartalnik „Aromaterapia” zakwalifikowany do systemu Kosmet Scientific & Marketing Literature Data Base of the IFSCC (International Federation of Societies of Cosmetic Chemists - Międzynarodowa Federacja Towarzystw Chemików Kosmetologów).

System dostępny na stronach www.KOSMET.com jest bazą publikacji w czasopiśmie z dziedziny kosmetyki i pokrewnych. Baza zawiera angielskie tytuły i streszczenia publikacji oraz dane autorów. W ten sposób kwartalnik będzie dostępny znacznie szerszemu gronu czytelników z całego świata.

Wszyscy zainteresowani działalnością Polskiego Towarzystwa Aromaterapeutycznego mogą kontaktować się z Zarządzeniem: (22) 5041759, faks: (22) 5041703, e-mail: info@pta.org.pl,
www.pta.org.pl

lub listownie: 05-100 Nowy Dwór Mazowiecki, ul. Przemysłowa 14

MQPMWTU " " Š CTQOCVGT CRK7G " K " PCWMO

Zarząd Polskiego Towarzystwa Aromaterapeutycznego zaprasza do udziału w Wiedycji Konkursu Aromaterapia i Nauka. Kilka lat temu Zarząd PTA podjął inicjatywę nagradzania prac badawczych z zakresu aromaterapii. Nagroda Prezesa PTA w Konkursie Aromaterapia i Nauka przeznaczona jest dla autorów w najlepszych prac magisterskich i licencjackich z zakresu badania olejków w eterycznych i ich zastosowań w praktyce.

Konkurs „ Aromaterapia i Nauka 2017

Nagroda Prezesa PTA

dla autora pracy:

< magisterskiej

< licencjackiej

z zakresu: badania olejków w eterycznych i ich wykorzystania w zabiegach pielęgnacyjnych i aromaterapeutycznych.

Pracę licencjacką do konkursu należy przesłać do 30 października 2017 r. do Prezesa PTA w formie elektronicznej (plik PDF) i papierowej (z oryginałami).

Pracę magisterską do konkursu należy przesłać do 30 października 2017 r. do Prezesa PTA w formie elektronicznej (plik PDF) i papierowej (z oryginałami).

Pracę licencjacką do konkursu należy przesłać do 30 października 2017 r. do Prezesa PTA w formie elektronicznej (plik PDF) i papierowej (z oryginałami).

Urządzenie do przesłania prac

Pracę należy przesłać do Prezesa PTA w formie elektronicznej (plik PDF) i papierowej (z oryginałami).

Pracę należy przesłać do Prezesa PTA w formie elektronicznej (plik PDF) i papierowej (z oryginałami).

oraz Wydawnictwo „LGF P”



Prace magisterskie i/lub licencjackie do konkursu należy przesłać do 30 października 2017 r. na adres Polskiego Towarzystwa Aromaterapeutycznego wraz z formularzem zgłoszenia. Prace oceniać będzie 3 osobowy zespół pod przewodnictwem Prezesa PTA. Wyniki konkursu ogłoszone zostaną do 30.12.2017 r. Wzór formularza przedstawiamy poniżej.

Wzór formularza przedstawiamy poniżej.

1. Uczelnia (adres)
2. Tytuł pracy.....
3. Nazwisko i imię autora.....
4. Nazwisko i imię promotora (ów).....
5. Krótka recenzja pracy.....

Podpis Promotora

Podpis Rektora

Miejscowość, data

M c n g p f c t k w o " u | m q n g

KURSY AROMATERAPII POD PATRONATEM PTA

SZKOŁA MASAŻ UMEDIKON zaprasza na kursy aromaterapii pod patronatem Polskiego Towarzystwa Aromaterapeutycznego. Jego uczestnicy otrzymują Certyfikaty Ukończenia Kursu wydawane przez PTA.

Q u v c v p k " m w t u " q f d { € " u k " 3 3 " e | g t y

Kolejny planowany jest w 2017 roku w czerwcu.

MEDIKON organizuje również profesjonalne, dwusemestralne szkolenia z zakresu masażu.

W programie:

- anatomia i fizjologia człowieka,
- masaż klasyczny,
- kinezyterapia (metoda leczenia ruchem),
- masaż limfatyczny i segmentalny,
- masaż reflektoryczny stóp,
- masaż akupresurowy,
- elementy terapii manualnej,
- masaż aromaterapeutyczny.

Zapisy oraz wszelkie informacje można uzyskać w Sekretariacie Studium:

01-052 Warszawa, ul. Anielewicza 24/46

tel. (022) 838 10 43

www.medikon.com.pl

M q n g l p { " m w t u " š R q k ü v c g f " c t q o q p g t g o k l

p n c p w l g o { " | q t i c p k r o k u y c " l g u k g p k

w siedzibie firmy Pollena-Aroma Nowy Dwór Mazowiecki, ul. Przemysłowa 14

informacje i zapisy: tel. 22 5041759, 602350037, e-mail: info@pta.org.pl

Zapraszamy !

I F \ K G " M W R Q Y C " Q N G L M K " G V G T [E \ I K " M Q U O G V [M K " R K G N I P C E [L P G " \ " U



D K C / [U V Q M	- Apteka „Biwal” CH Auchan, ul. Produkcyjna 84, tel: (085) 664 72 43
BIELSKO-D K C / C	- POLMED, ul. Widok 12, tel:(033) 815-00-34
BYDGOSZCZ	- Sklep “ ELEMED” , ul. Wojska Polskiego 12, tel:691 877 355
E \ U V Q E J Q Y C "	- EkoApetyt, ul. Mickiewicza 4 lok.2, tel: 697 099 919
E \ / W E J ~ Y	- Borkowscy S.C., Al. Wojska Polskiego 10/6, tel:(059) 834 18 49
F ICA	- Sklep Zielarsko- Medyczny „API HERBA”, ul. Rynek 42, tel:(014) 670-20-75
G N D N I	- MEDART, ul. Morszyń ska 54 tel:(055) 233-77-79
I F C U M	- Centuria, ul. Stary Rynek Oliwski 8, tel:(058) 552 30 47 - ORTMEDYK, ul. Biegań skiego 10 paw. 13, tel:(08) 305-69-43 - LEMAR, ul. Kartuska 5, tel: (058) 380-26-66 - Sklep Zielarko- Medyczny „ Kozł ek” , ul. Kombatantó w 4, tel: (058) 61 52
GDYNIA	- Kocanka, ul. Krasickiego 5, tel:(058) 621 08 81 - „ FIRMED” ,ul. Inż ynierska 52A, tel: 607-551 - „Skrzydł a Naty” ul. bp. Dominika 24 lok. 1, tel. (058) 535 02 85 - PaMaLuk, ul. Wó jta Radtkiego 3640 (box 301 – Hala Targowa), tel.730-107-758
I / Q I ~ Y	- KORIM, ul. Koś ciuszki 15a, tel:(076) 835-01-02
GRODZISK MAZOWIECKI	- „ Lubczyk” ul. 11-go listopada 32, tel. 607 096 748
I T W F \ K F \	- Cedent, ul. Mickiewicza 5, tel:(056) 642 77 16
I Q T \ ~ Y " WIELKOPOLSKI	- DIPMED, ul. Drzymał y 11, tel:(095) 735-25-10
K P Q Y T Q E / C Y	- Stowarzyszenie „ FLANDRIA” , UL. Ś wię tego Duchale20(052)355-05-64 - Sklepik zielarski „ Ś wię tojań Zkale” , ul. Kró lowej Jadwigi 35/37, tel: (052) 357-20-26
L G N G P K C " I ~ T C	- „ Naturalnie” , ul. Szkolna 12, tel:(075) 642 23 52
KATOWICE	- Akson, ul Zioł owa 47, tel: (032) 202 53 22 lub (032)202 53 33 - Remedium, ul. Markiefki 90, tel: (032) 253 54 47
KIELCE	- Dary Natury, ul. Paderewskiego 8a, tel: (041) 368 01 95 - Apteka Ś ró dmiejska, Al. 1 Maja 15, tel(063) 242 46 16

KONIN	- Patron, ul. Zakładowa 5b, tel:(063) 246 77 52 - Med-Alko, ul. 1 Maja 3, tel: (063) 245-71-60 - AS-Med., ul. Dworcowa 4, tel: 730-170-234
MQ U V T \ [- Sklep Medyczny, ul. Os. Mieszka I 41, tel:(095) 752 19 34
KOSZALIN	- Sklep „Eljot Bliz Natury” , ul. HModrzejewskiej 37, tel: 606 47 97 33
MT CM ~ Y	- Naturalny Sklepik, ul. Krupnicza 8, tel:(012) 422 96 83 - Sklep „ Natura” , ul. Krupnicza 21, tel: (012) 634-54-66 - Aloes, ul. Madalińskiego 17, tel:(012) 266 68 87 - Fundacja Pomoc Krakowskiemu Hospicjum, ul. Garncarska 11, tel:(012) 423-25-91 - Sklep „ Natura” , ul. Balicka 18c, tel:(012) 661 97 73 - Sklep „ Natura” , ul. Zamkowa 1, tel: (012) 411 48 68 - „ Zdrowy Sklepik” , Plac Imbramowski 179/72 , tel:02 334 120 - Sklep Medyczny „ Esowio” ul. Bratysławska 2/6a, tel: (012)-66260 - Sklep Zielarsko- Medyczny, ul. Na Błonie 17, tel: 60-082-696 - Sklep zielarsko-medyczny „ Aonia” , ul. Łobzowska 57 tel: 69069-706 - Sklep „ Eco Beauty” ul. Karmelicka 15a, tel: (012) 433 33 56 - Księgarnia „ Odus” , ul. Mały Rynek 40 tel: 432-03-30
LEGIONOWO	- Eko Linia, ul. Sowińskiego 15a tel:(022) 767-36-87,
LESZNO	- Sklep Medyczny „MEDYK” , ul. Wolności 23, tel:(065) 520-38-32
LUBLIN	- Cezal Lublin, ul. Jaczewskiego 8, tel:(081) 742 57 46
/ Q O C	- Animed, Kazanowska 10, tel. (086) 218 99 21 - Medic, Hipokratesa 2, tel. (086) 218 49 19 - Medical, ul. Piłsudskiego 8, tel:(086) 218-81-87
/ ~ F	- Ziołolecznicza Apteka Bonifratrów, ul. Kosynierów Gdynskich 61a, tel. (042) 646 71 80 - Cudny Sklep, ul. Kościuszki 24, tel. (042) 631 03 00 - ASTRO 3, ul. Wólczańska 27, tel. (042) 634 00 50 - Apteka "Na Przełęcz czy" ul. Przełęcz Czarna tel:(042) 679-34-88
/ WM ~ Y	- MEDICUS, Pl. Narutowicza 3, tel (025) 798-34-22
O [U / Q Y K E G	- MEDICARE, ul. Białobrzaska 45, tel: (032) 7446-02
NOWY TARG	- Al-MEDICA, ul. Krzywa 13, tel. (018) 264-64-39
NOWA RUDA	- Salon Fryzjersko-Kosmetyczny, ul. Rynek 27, tel. (074) 872-23-98
P Q Y [" F Y ~ T " MAZOWIECKI	-Apteka, ul. Warszawska 15, tel; (022) 775-44-43
OLSZTYN	- Lemar, ul. Grunwaldzka 8, tel. (089) 521 80 66
OPOLE	- Sklep Zielarsko- Medyczny, ul. Reymonta 23, tel: (077) 454-75-51

Q U V T Q / M C	- Sklep Zielarski, ul. Piłsudskiego 36a, tel: (09) 766 63 36
R K / C	- Sklep Specjalistycznego zaopatrzenia medycznego i ortopedyczno-rehabilitacyjnego „Freyamed”, ul. Witosa 2, tel: (067) 35406-16
R / Q E M	- DANA, ul. Rembielińskiego 3, tel: (024) 263-15-00
R Q \ P C	-Zielarnia Officina Sanitatis, ul. Kraszewskiego 4, tel: (061) 848-30-30
RADOM	- Sklep Zielarsko-Medyczny „MELISA”, ul. Idalińska 53a, tel: (022) 022-022 - Sklep „ArmedOrt”, ul. Bernardyńska 1, tel: (48) 340 29 03 - Sklep medyczny „Mikirad”, ul. Planty 13, tel: 48 362 68 49
SIEDLCE	- New Art Med., ul. 3 Maja 28, tel. (025) 63-114-23
SOSNOWIEC	- EKO-LIVE, ul. Al. Mireckiego 22c, tel: (032) 297-41-13
SZCZECIN	- Apteka Rodzinna, ul. Benesza 26B, tel: (091) 439-56-39 - C.M.C Cosmetisc, ul. Jagiellońska 75, tel: (091) 485 00 10 - Medical, ul. Farna 2, tel: (091) 489-19-28
Y K G D Q F \ K P	- Sprzęt rehabilitacyjno-medyczny „PLUS”, ul. Głogowska 6c, tel: (068) 477-19-02
SKIERNIEWICE	- Medprim, ul. Kopernika 5, tel. (046) 833 28 58
V C T P ~ Y	- Sklep Zielarsko-Medyczny „Mniszek”, Klaudia Więcław, Najświętszej Maryi Panny 9/1, tel. 509024609
Y C / D T \ [E J	- Sklep Zaopatrzenia Medycznego, ul. Armii Krajowej 13b, tel: (074)842-33-72
WARSZAWA	BIAŁOŁĘKA: - Apteka „Hipokrates”, ul. Drogowa 5, tel. (022) 614 48 73 - Apteka, ul. Nagodźcowa 3, tel: (022) 614 96 47 BIELANY: - Arnika, ul. Conrada 15a, pawilon 19 (Pasaż Chomiczowska) tel: (022) 864-94-16 MOKOTÓW: - Herba-Med. Sklep Zielarsko-Medyczny, ul. Nałęczowska 62, tel: (022) 842-07-65 OCHOTA: - Apteka K&D, ul. Grójecka 194/U16, tel: (22) 398-94-88 PRAGA PÓŁNOC: - Apteka Bursztynowa, ul. Skoczylasa 10/12, tel. (022) 818 70 65 ŚRÓDMIEŚCIE: - Sklep Czarodziejski „FRAIDA.PL” ul. Bracka 20, tel: (022) 8269-90 - Apteka, Nowy Świat 18/20, tel: (022) 82653-82 - Księgarnia „Nieznany Świat”, ul. Kredytowa 2, tel (022) 827-93-49 - Zielarnia, ul. Hoża 5/7, tel: (022) 6294-44 URSYNÓW: - Apteka, ul. Wąwozowa 23, tel. (022) 648 23 98 - Apteka, ul. Puszczyka 9, tel. (022) 641 54 01 - Sklep Zielarsko-Medyczny, Al. KEN 36 (Galeria Usyn.), tel. (022) 648 46 90

Y T Q E / C Y	- Remedium, ul. Joannitó w 10/12, tel. (071) 783-30-40 - Remedium, ul. Kamień skiego (szpital), tel. (071) 327-01-80 - Apteka „RUBUS”, ul. Siemień skiego 18, tel. (071) 329-05-90 - Herbavit, ul. Krucza 112, tel. (071) 783-74-20 - Remedium, ul. Hirszfelda 12, tel. (071) 795-80-78 - Sklep Medyczny „ Intermedica” , ul. Syowska 6B, tel (071) 789-33-55 - Sklep Zielarski „ Kocanka” , ul. Bogusł awskiego 79, tel: (071)-80118
WSCHOWA	- Apteka „ Pod Wagą ” , ul. Cicha 5, tel. (054) 41 79
ZABRZE	- PUH Danuta Ję drychowska, ul. Dworcowa 9/5, tel: 50259-638
\ K G N Q P C " I ~ T C	- Herba-Pol, ul. Mieszka I 1, tel. (068) 325-30-37
C T [- Sklep Zielarsko Medyczny „Herba Desk”, ul. Przeł adunkowa 2 (Kaufland), tel. (068) 36-36-188

HURTOWNIE:

KATOWICE

- Farmacol S.A. ul. Rzepakowa 2, tel. (32) 208-06-56

LUBLIN

- Slawex, ul. Budowlana 28, (81) 445 07 20

- LUBFARM S.A., ul. Ł ę czyń ska 43, (81) 710 52 52

/ ~ F

- Polska Grupa Farmaceutyczna S.A. , Ł ó dź , ul. Zbą szyń ska 1, tel. (42) 613 33 00

WARSZAWA

- CEFARM ul. Jana Kazimierza 16

Uwaga: - czę ś ć placó wek posiada tylko wybrane produkty

- czę ś ć hurtowni dział a na terenie cał ego kraju



Aromaterapia w praktyce

I F \ K G " M Q T \ [U V C " \ " W U / W I " F [R N Q O O Q
C T Q O C V G T C R G W V ~ Y A

F D T Q Y U E Sp: AbG. 'E G P V T W O " O C U C W "
ul. Gimnastyczna 2C, Warszawa, (22)2927158, aleksander.dabrowski82@gmail.com

GABINET AROMATERAPII, I t c { p c " M c o k g u m c . " J q v g n " F
78-132 Grzybowo k/Koń obęgu, ul. Borkowska 6, tel. (094) 35 53 604,
609 515 551

E Q U O G V . " U v w f k q. "'goucvugcv {gnl'k"'c et l q co € cv g t c r g w v { e | p g
87-100 Toruń , ul. Ś wię topeł ka 2e, tel. (056) 623 00 www.cosmet.pl

GABINET KOSMEV [E \ P [. " / w e l c " N g i w p . " T g i k p c " D
43-300 Bielsko-Biał a, ul. 11 Listopada 60/62, p. I, tel. (033) 816 58 51

I C D K P G V " O C U C W " N G E \ P K E \ G I Q . " L g t | { " H q
87-720 Ciechocinek, ul. Zielona 21, tel. (054) 283 54 13, 0602 329 053,

www.jfoss.ciechocinek.pl

GABINET KOSMETYKI, STYLIZACJI I RELAKSACJI , Alina Komborska,
54-027 Wrocław, ul. Wielkopolska 36 a, tel. (071) 349 42 11

M N K P K M C " W N O G F . " V q o c u | " M t w m . " o c u c g
Warszawa – Jelonki, ul. Legendy 6d, tel. (022) 664 21 16, 664 57 48



Fot. Archiwum

Marek Zwierz, Gdynia, tel. (058) 624 72 55

OCUC G " TGNCSAUNA, Centrum Odnowy, Hotel Bristol,
Warszawa, ul. Krakowskie Przedmieście 42/44, tel. (022) 625 25 25

R O J O W O " DKQU . " Ok Zamiejska terenle Rró jniasta, Elbląga i Bydgoszczy.
Wizyty domowe. Tel . 0501 754 144, 0602 277/234, tel/faks (058) 556 48 32 w godz. 8.00-10.00

RT [YCVP [" ICDKPGV " OCUC W . " C p f t | g l " P k g o
93-035 Łódź , ul. Piotra Skargi 8/10 lok. 65, 0606 641 443, (042) 684 05 88

STUDIO ZDROWIA I URODY ZEN, Autoryzowany Gabinet Aromaterapii,
Andrzej Hentszel, Warszawa-Ursynów w, ul. Migdałowa 10, tel. (022) 648 57 48

ICDKPGV " MQUOGV [E \ P [\$ " R Kl. Wł. Słowosza'6, 40-066 Katowice,
tel. 607 985 541 www.pieknoscdnia.com.pl

ICNGTKC " OCUC W " C P P. Polesna 6, 40-0733 Katowice,
tel. 695 88 88 95 www.annanocon.pl

ICDKPGV " TGJCDKNKVCELK . " U \ RODZENIACMV [Y P G I Q "
PMDK w Otwocku , ul. Poniatowskiego 10, 22 499 33 39, www.mxplus.pl

Jeś li jesteś dyplomowanym aromaterapeutą PTA i prowadzisz gabinet, podaj jego adres i telefon. Udostępnimy bezpłatną reklamę .

Leśne
zapachy
na zimę



POLLENA
AROMA
TWORZYMY OD 1956 R.

FSZ Pollena-Aroma Sp. z o.o.
05-100 Nowy Dwór Mazowiecki
ul. Przemysłowa 14

tel.: 22 5041740, fax 22 5041712
e-mail: aroma@pollenaaroma.com
www.drbeta.pl

Al Utta Lhara



WODA KRÓLOWEJ WĘGIER
AQUA REGINAE HUNGARICAE

*Pierwsze alkoholowe perfumy w historii, dzieło Elżbiety z Łokietków - Królowej Węgier z 1350 r.
odtworzone u progu nowego Tysiąclecia przez polskich perfumiarzy.*

FSZ Pollena-Aroma Sp. z o.o. 05-100 Nowy Dwór Mazowiecki, ul.Przemysłowa 14, tel. 22 5041740, fax 22 5041712, www.drbeta.pl, e-mail:aroma@pollenaaroma.com