

Duftspiel von Claudia Gläser-Reichert

Durchführung

1. Allen Teilnehmern die „allgemeinen Hinweise“ erklären, jeder braucht Stift und Papier für Notizen.
2. Der Reihe nach darf jeder riechen, erst am Deckel (zufächeln). Den ersten Dufteindruck notieren, zum Beispiel Weihrauch = Kirchenbesuch oder Fenchel = Tee für Kleinkinder. Wer kann, schreibt die ihm bekannten Pilzarten auf.
3. Zwischendurch etwas Kaffeepulver auf einem Teller riechen. Das neutralisiert die Gerüche, wenn die „Nase zu“ ist.
4. Zum Schluss alle Nummern durchgehen, zum Beispiel die Nr.1: Welche Eindrücke hat sie hinterlassen? Es wird einige überraschende Eindrücke geben...
5. Man kann auch einen Wettbewerb starten. Wer hat die meisten Übereinstimmungen?

Allgemeine Hinweise



1. Allergiker, Epileptiker, Schwangere vorher darauf hinweisen, dass ihre Nase empfindlicher reagieren kann. Zunächst nur am Decke riechen und den Duft vorsichtig zu Fächern – bei Nichtgefallen weglassen! Die Nase hat immer „recht“.
2. Raucher bitte etwas länger riechen lassen.
3. Bitte die jeweilige Nummer auf das entsprechende Fläschchen schrauben, sonst gibt es ein Durcheinander von Düften.
4. Die Düfte sind nur zum Schnuppern gedacht, falls mal etwas auf den Finger kommt, einfach abwischen, evtl. Hände waschen – alle ätherischen Öle sind 100 % naturrein und nicht synthetisch!
5. Nr. 4 und Nr. 6 sind subtile Düfte, bitte ruhig länger daran riechen lassen.

1 Tropfen ätherisches Öl entspricht ca. 30-40 Tassen Tee der jeweiligen Pflanze. Bitte nicht vergessen: Hier wurden hochkonzentrierte ätherische Öle verwendet – in den Pilzen liegt der Duft häufig nur sehr schwach vor.

Duft-Tabelle

1. **Anis** (2 %ig*): Anis-Zähling (*Lentinellus cochleatus*), Anis-Tramete (*Trametes suaveolens*), Grüner Anis-Trichterling (*Clitocybe odora*), Langstieliger Duft-Trichterling (*Clitocybe fragrans*)
2. **Weihrauch arabisch** (2 %ig*): Olivbrauner Schleimkopf (*Cortinarius subtortus*)
3. **Pfeffer schwarz** (2 %ig*): Schwarzgrüner Klumpfuß (*Cortinarius atrovirens*)
4. **Kakaobohne** (3 %ig*): Kakao-Fälbling (*Hebeloma truncata*)
5. **Majoran** (2 %ig*): Hohlstiel-Täubling (*Russula cavipes*)
6. **Honigwabe** (3 %ig*): Honig-Täubling (*Russula melliolens*), Honig-Schleimfuß (*Cortinarius stillatitius*)
7. **Fenchel** (2 %ig*): Fenchelporling (*Gloeophyllum odoratum*)
8. **Lavendel** (2 %ig*): Würziger Schleimkopf (*Cortinarius percomis*) – riecht auch etwas nach Majoran
9. **Zitrone / Douglasie** (1:1 gemischt, 2 %ig*): Fransen-Milchling (*Lactarius citriolens*)

*2 %ig bedeutet: 4 Tropfen in 10 ml Öl verdünnt (ca.-Angabe)

*3 %ig bedeutet: 6 Tropfen in 10 ml Öl verdünnt (ca.-Angabe)

Alle ätherischen Öle wurden verdünnt in Jojobaöl (der Firma Primavera), chemisch gesehen ein Wachs. Es wird nur sehr schwer ranzig und ist lt. Literatur bis zu 30 Jahre haltbar. Andere fette Öle werden schneller ranzig, daher müssen Duft-Tests mit diesen Ölen häufiger neu aufgesetzt werden. Den Duft-Test (immer verschlossen) dunkel, kühl (Keller o.ä.) und trocken lagern. Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren!

Bezugsquelle (Stand 2018):

Jojobaöl: 100 ml Bestellnummer 00020250 (Pharmazentralnummer, PZN, für Bestellungen in der Apotheke) 17,50

Tropffläschchen: Mit Einsatz und Deckel, Firma Caelo, 10 x 10 ml, ca. 4,50 bis 6,-, Bestellnummer 10189381

Holzbox aus dem Bastelbedarf ca. 2-5,-

Ätherische Öle (ein 5 ml-Fläschchen entspricht ca. 100 Tropfen): Namhafte Hersteller sind Primavera, Neumond, Farfalla, Oshadi, Wadi, Maienfesler Naturkosmetik, Feeling, L' Arome (erhältlich in Apotheken, Naturkostläden, Reformhäuser)

Primavera (jeweils 5 ml):

Anissamen	9,90 €
Weihrauch, arabisch (<i>Boswellia sacra</i>)	10,90 €
Pfeffer schwarz	9,90 €
Kakaobohne	13,90 €
Majoran	7,90 €
Honigwabe	22,90 €
Fenchelsamen	9,90 €
Lavendel, fein	7,50 €
Zitrone	4,20 €
Douglasie / Douglasfichte	9,90 €

Für einen Workshop lohnt es sich,
die ätherischen Öle gemeinsam zu kaufen.

Idee: Claudia Gläser-Reichert, Tel. 0234/68705518
claudia.glaeser.reichert@t-online.de

