rooirose

STYLVOL
SINVOL
PROPVOL

rooirose.co.za

Amalia
Allermins ordinêr

DIE PAD NA PA SE HART
UITHALER-GEREGTE VIR VADERSDAG

MARGARET UIT HOLLYWOOD

GAME OF THRONES
OP STEL SAAM MET JON SNOW

HOE GELUKKIG IS JOU MAAG?
DIE BESTE RAAD

AROMATIESE OLIES
STREEL JOU GEMOED & TROETEL JOU VEL

WEN
'N WEELDE-WEGBREEK VIR 4 VAN R100 000

JY ÍS GENOEG

JUNIE 2019 R41,00 (BTW INGESLUIT)
ANDER LANDE R35,96 (SONDER BELASTING)

ISSN 00358207

IS AVOKADO'S REGTIG SUPERKOS? WAT JY MOET WEET

ALLES *WEL*

Streel en heel, verbeter jou bui, of gee jou energievlakke 'n hupstoot met 'n holistiese skoonheidsbenadering

Deur SUZANNE KOTZÉ. Foto's KRISTINA STOJILJKOVIC

FOTO'S GENEEM BY THE SCENTED ROOM, BABYLONSTOREN

ESSENSIËLE OLIES

Die afgelope vyf jaar groei "essensiële olies" op Google Trends, en in Suid-Afrika het dit in September verlede jaar 'n **hoogtepunt** bereik, waarna dit teruggesak het, maar in April het dit weer begin styg. Op Instagram en Pinterest is #essentialoils meer as **4,2 miljoen** keer gebruik.

"Die groeiende **welwees-tendens** het beslis 'n groter belangstelling in essensiële olies tot gevolg. Mense gebruik dit om hul **immuniteit te versterk, bewustheid te verbeter en om spanning te verlig**," sê Cara Maccallum van **SOiL Organic Essential Oil.** Al hoe meer mans koop ook deesdae dié olies, sê sy.

Marisa Dimitriadis, uitvoerende direkteur van **The Spa Consultants,** meen die gewildheid van essensiële olies neem toe omdat mense nou meer ingelig is oor die voordele en gebruike daarvan. Sy glo die gewildheid van ***Cannabis*-olie** het daartoe gelei dat mense meer navorsing begin doen het oor olies en die voordele daarvan.

Maranda Engelbrecht van **Babylonstoren se nuwe The Scented Room,** meen dat verbruikers keuses maak wat waarde toevoeg. "Ons sien dat al meer mense produkte met **skoon bestanddele** verkies wat ook resultate gee. Hulle stel minder belang in handelsmerke en mooi verpakking. Hulle wil suiwer, organiese en natuurlike produkte hê wat doen wat dit beloof. Daar is ook 'n terugkeer na die gebruik van outydse, **natuurlike bestanddele** soos boegoe en aalwyn."

"Essensiële olie se pryse word bepaal deur die opbrengs olie per ton plantmateriaal en die aromatiese, terapeutiese en medisinale nuttigheidswaarde van die olie."

Andries van der Walt, distilleringskenner, Babylonstoren

Van links: Babylonstoren se **roosmaryn** lewer 'n lae opbrengs, maar kan gereeld geoes word, daarom is sy prys die laagste. **Laventel** kan slegs een keer per jaar geoes word en die opbrengs is laag, daarom is laventelolie duur. **Lavandin** kan slegs een keer per jaar geoes word, maar baie olie word uitgepars, daarom is dié olie goedkoper.

Woorde en frases soos 'angstig', 'emosioneel uitgeput', 'gespanne', 'depressief', 'slapeloosheid' en meer, het deel van ons spreektaal geword. Geen wonder skoonheidsprodukte wat ons welwees bevorder, is nou so gewild nie

OLIES VIR VELSORG.

Wierook (*frankincense*): Die universele olie werk veroudering teë en is goed vir elastisiteit, littekens en olierige veltipes.
Roosmalva (*rose geranium*): Die balanserende olie kan op alle veltipes gebruik word. Dit werk veroudering teë en verbeter elastisiteit en littekens.
Sederhout: Ankerend (*grounding oil*): Die olie help vir aknee, en is goed vir olierige en droë veltipes.
Laventel: Die strelende olie is een van die gewildste en veelsydigste aromaterapeutiese olies. Dit is bekend vir sy ontspannende en strelende eienskappe en kan ook vir slapeloosheid gebruik word.
Mirre: 'n Gewilde behandeling vir mond-, tandvleis- en keelontsteking. Die olie werk veroudering teë en is goed vir littekens en olierige veltipes.
Teeboom: Die noodhulpolie het antiseptiese en antivirale eienskappe, en is veral goed vir aknee en olierige veltipes.
Sandelhout is 'n urienafdrywer en help om senuwees te kalmeer. Dit streel, bevog en koel ook die vel af.
Roemeense kamille: Die strelende olie is ontspannend, verlig pyn en is glo goed om spysvertering- en senustelselprobleme te behandel.
Patsjoelie: 'n Herskeppende en anti-inflammatoriese velsorgolie. Werk veroudering teë en is goed vir elastisiteit, littekens, droë en olierige veltipes.
Suurlemoen: Die detoksolie is antisepties, verfrissend en kan op wonde gebruik word. Goed vir aknee, olierige en droë veltipes.

Onthou, essensiële olies kan jou bloedstroom deur jou vel binnedring. Die olie is hoogs gekonsentreerd en moet altyd met 'n basisolie, room of maskerbasis gebruik word, of saam met water in 'n brander. Die olies is nie geskik vir die eerste termyn van swangerskap, babas of jong kinders nie.

DIE APTEKER

Dis die afgelope paar jaar 'n gewilde tendens om soos 'n wafferse apteker jou eie **produkte te maak of te meng.** Dit hang saam met die soeke na vars produkte met skoon bestanddele. **The Scented Room** op die plaas **Babylonstoren** naby Franschhoek, lyk en ruik soos 'n aromatiese *apothecary* en oral staan antieke laaikassies, asook glasmedisynebottels wat in die bouproses op die plaas gekry is. Babylonstoren maak hul eie **aromaterapeutiese olies** hier, en jy kan jou eie masker, badsout of lyfafskilferaar met die hulp van die personeel maak.

MAAK DIT IN JOU KOMBUIS

Babylonstoren se lyfafskilferaar: Meng 80 ml bruinsuiker en 60 ml Himalaja-sout en voeg 125 ml druiwepitolie by. Gooi 10 ml los rooibosteeblare en 6 ml koffie by (as jy 'n detoks-effek wil kry). Meng 125 ml rou heuning by om dit te bind. Gooi 2 druppels gekonsentreerde essensiële olie by en meng en seël.

IN 'N BETER BUI

'n Groot tendens waarna die navorsingsmaatskappy Mintel verwys, is **"Mood to Order".** Hiervolgens soek verbruikers na produkte wat hul **luim en emosies kan verbeter.** Hulle voorspel dat meer en meer produkte op mense se emosies, en ook op **lae energievlakke** gaan fokus. Goedvoel-produkte met woorde soos "happy", "love", "calming" en "sleep" is reeds wyd beskikbaar, en ons sal al hoe meer van dié woorde en produkte begin sien. Lush se #LushMoods bad- en stort-*bombs* is 'n goeie voorbeeld hiervan. 'n Vermenging van **essensiële olies** en ander bestanddele is spesifiek daarop gemik "om jou bui ná 'n bad of stort te verander".

LIG JOU LUIM

Is jy moeg en sukkel jy om te konsentreer? Cara Maccallum van SOiL Organic Essential Oil beveel aan dat jy dié olies gebruik. **Sitroengras** (*lemon grass*): Die olie stimuleer en gee energie. **Peperment:** Verfrissend en stimulerend. Die olie help glo met bloedsomloop en om spysverteringskwessies te behandel. **Roosmaryn** is 'n eeu oue aromatiese en medisinale krui. Dit help met geheue, stimuleer breinkrag en verlig hoofpyn; ook goed vir haar- en kopvelprobleme.

mooi, mooier

1

2

3

4

5

6

7

1 VAN LINKS: AFRICOLOGY ENERGIZING BODY OIL (R150) BEVAT SWARTPEPER, GEMMER, LEMOENBLOMOLIE EN ROOSMARYNOLIE. SOIL ORGANIC ESSENTIAL OIL IN PEPPERMINT (R50 VIR 10 ML, BESKIKBAAR BY SOIL.CO.ZA). SOIL ORGANIC ESSENTIAL OIL IN LEMONGRASS (R35 VIR 10 ML). BABYLONSTOREN LAVENDER ESSENTIAL OIL (R295). **2** LUSH MOODS SLEEPY SHOWER BOMB (R42,50), UNDER THE UMBRELLA TREE (R59,50), NOT SLEEPY SHOWER BOMB (R42,50) EN KARMA SHOWER BOMB (R42,50). **3** BABYLONSTOREN FYNBOS GEGEURDE KERS (R190) HET DIE VARS GEUR VAN FYNBOS - IDEAAL OM STAPPERS EN BERGKLIMMERS NA HUL GUNSTELINGPLEK WEG TE VOER. **4** DR. HAUSCHKA SHOWER CREAM (R250, BESKIKBAAR BY WOOLWORTHS EN WELLNESS WAREHOUSE) BEVAT VERFRISSENDE ESSENSIËLE OLIES VAN SUURLEMOEN EN SITROENGRAS. **5** ROOSMALVA-OLIE IS DUUR OMDAT BAIE MIN OLIE UITGEPARS WORD. KAN JY GLO SOWAT VYF TON ROOSMALVA IS VIR HIERDIE 500 ML-BOTTEL VAN BABYLONSTOREN GEBRUIK? **6** NIVEA SUNSHINE LOVE SHOWER GEL (R36,99 VIR 250 ML EN R54,99 VIR 500 ML) RUIK SOOS NIVEA-SONSKERM EN SAL STRANDLIEFHEBBERS NA DIE STRAND WEGVOER. **7** SH'ZEN WELL WOMEN AROMA REMEDY OIL (R169, BESKIKBAAR BY SH'ZEN-KONSULTANTE) BEVAT SES ESSENSIËLE OLIES (VAN CLARY SALIE - GLO DIE BESTE OLIE VIR DIE MENOPOUSE - TOT PEPERMENT, MALVA, SIPRES EN BERGAMOT) WAT NATUURLIKE ESTROGEEN BEVAT OM DIE OORGANG TE VERGEMAKLIK.

8 9 10 11 12 13 14

8 COWSHED GRUMPY COW UPLIFTING BATH & SHOWER GEL (R395) BEVAT VERFRISSENDE SITRUSEKSTRAK EN SUURLEMOENOLIE. **9** THE BODY SHOP SPA OF THE WORLD™ FRENCH LAVENDER MASSAGE OIL (R235 VIR 170 ML). **10** CLARINS TONIC BODY BALM (R530 VIR 200 ML) BEVAT AROMATIESE ROOSMARYN, KRUISEMENT, ROOSHOUT EN MALVA WAT DIE SINTUIE STREEL, ASOOK APPELPITOLIE EN GINSENG WAT DIE VEL BEVOGTIG. **11** OH SO HEAVENLY CLASSIC CARE BYE-BYE STRESS CALMING BODY WASH CREAM (R52,99). **12** LUSH HAPPY HIPPY SHOWER GEL (R90 VIR 100 G, R175 VIR 250 G, R255 VIR 500 G) BEVAT POMELO- EN BERGAMOTOLIE WAT MOEGHEID TEËWERK. **13** REN CLEAN SKINCARE NOW TO SLEEP PILLOW SPRAY (R385) BEVAT WIEROOK, LAVENTEL EN HOP. SPUIT OP JOU KUSSING VOOR JY GAAN SLAAP. **14** VERBETER JOU BUI TERWYL JY 'N MANIKUUR OF PEDIKUUR KRY MET EEN VAN MORGAN TAYLOR SE BARE LUXURY-SISTEME: KIES UIT ORANGE AND LEMON GRASS ENERGY; LAVENDER & SAGE CALM; GINGER & GREEN TEA DETOX, OF SEABERRY & KUKUL RENEW. BESKIKBAAR BY UITGESOEKTE SALONNE.