



PRIMAVERA®

DURCHATM EN



PRIMAVERA DIY REZEPTE & RITUALE BRUSTÖL „FREIER ATEM“

In der Erkältungszeit ist das Brustöl ein kraftvoller Begleiter. Die ätherischen Öle aus Eukalyptus und Cajeput sind beliebte Erkältungsöle, befreien die Atemwege und wirken schleimlösend. Der warme Duft von Benzoe Siam wirkt einhüllend und schenkt Trost für die Genesung. Mandelöl eignet sich ideal und ist für alle Hauttypen geeignet. Die Mischung pflegt außerdem gereizte Schnupfnasen und schützt die Haut.

WAS BRAUCHST DU DAZU?

ZUTATEN & UTENSILIEN

- 50 ml Mandelöl bio
- 5 Tropfen Eukalyptus globulus bio
- 5 Tropfen Cajeput extra
- 3 Tropfen Benzoe Siam



ZUBEREITUNG

SCHWIERIGKEITSGRAD: ANFÄNGER

Ätherische Öle direkt in das Mandelöl tropfen. Flasche verschließen und gut schütteln.

ANWENDUNG

Auf Brust und Rücken auftragen und tief durchatmen. Bei gereizter Schnupfnase auf die betroffenen Stellen geben und sanft einmassieren.

Weitere spannende DIY Rezepte findest du auf unserer Website unter www.primaveralife.com oder auf unseren Social Media Kanälen.



#primaveradiy