

# FRAUEN BALANCE TEE

FÜR DAS TÄGLICHE WOHLBEFINDEN

2 TL mit 1/4 L  
kochendem Wasser  
übergießen und 10  
Min. ziehen lassen.  
Abseihen. 2-3x  
täglich trinken.

Kamille 20g  
Schafgarbe 20g  
Melisse 10g  
Frauenmantel 10g  
(eventuell Hirtentäschel) 10g

# MENSTRUATIONS-ÖL

FÜR UNBESCHWERTE TAGE

Das Öl in  
kreisenden  
Bewegungen auf  
den Unterbauch  
einmassieren, mit  
einem Wolltuch  
abdecken.

Kann mit einer  
Wärmflasche  
kombiniert  
werden.

römische Kamille 2 Tr  
Lavendel 3 Tr  
Majoran 2 Tr  
Melisse 2 Tr  
Muskatellersalbei 1 Tr  
Jojobaöl 25g  
Nachtkerzenöl 5g

# VENENGE

FÜR BEZAUBERENDE BEINE

Das Gel 2x täglich  
vom Knöchel  
aufwärts  
leicht einstreichen.

Weinlaub Extrakt mit  
Mäusedorn und Wassernabel 5,5g  
Wasser 85g  
Euxyl PE 9010 (zur Konservierung) 1g  
Cetiol HE (zur Rückfettung) 4g  
Aristoflex AVC (Gelbildner) 1,2g  
Cosphaderm X34 (Gelbildner) 0,6g

# LIPPENBALSAM MIT RINGELBLUME

FÜR GESCHMEIDIGE LIPPEN

Ringelblume 0,5g  
Vaseline Flavam 2,5g  
Wollwachs 2,5g  
gelbes Bienenwachs 0,5g  
Johanniskrautöl 1g

Bei Bedarf  
mehrmals täglich  
auftragen.

BLOGGER WORKSHOP

Heilpflanzen  
für Frauen

#APOTalk



ÖSTERREICHISCHE  
APOTHEKERKAMMER