



## Aromatisk & beroligende te

Lavendel er en værdifuld plante i både historie og kultur og har været anvendt for dens helende egenskaber i tusinder af år som antiseptisk og afslappende middel.

Under 1. Verdenskrig, da der var mangel på antibiotika, blev lavendel brugt som antiseptisk middel til sår og mod **heling af arvæv** og forbrændinger og anvendes også idag med samme **antiseptiske og antiinflammatoriske formål**

Lavendel te er også kendt for sine særligt **afslappende egenskaber** primært pga. den beroligende aroma. Studier viser, at ved indhalering af lavendel nedsætter nervesystemets aktivitet og fremmer afslapning, reducerer stress og angst og bidrager til bedre søvnkvalitet.

Den lilla plante har en positiv effekt på **astmatisk bronkitis** pga. den antiinflammatoriske effekt.

*Med over 100 komponenter af fytokemikalier og antioxidanter, er lavendel særlig rig på de styrkende Vitamin A og C samt mineralerne Kalcium og Jern*

*1 tsk. tilsættes 200 ml. vand  
Kan nydes både kold og varm  
Smager godt med Peppermint eller Chamomile.*

- ✓ Mindsker stress
- ✓ Reducerer angst
- ✓ Afhjælper søvnbesvær
- ✓ Løfter humøret
- ✓ Antiinflammatorisk

