

## Teemischung bei nervöser Unruhe, Schlafstörungen

Lavendulae flos (Lavendel)	30
Aurantii flos (Pomeranzen)	20
Passiflorae herba (Passionsblume)	20
Melissae folium (Melisse)	20
Leonuri carchiacaе herba (Herzgespann)	10

### **Zubereitung:**

1 Teelöffel pro 2,5 dl mit siedendem Wasser übergossen, danach 10 min ziehen lassen und abseihen

### **Anwendung:**

Täglich 3 Tassen zwischen den Mahlzeiten trinken (evtl. ergänzen mit Ceres-Baldriantinktur)