

Pollenflug



Das gute Immunsystem unterstützen mit dieser Mischung.

- 🌊 Am besten diese 3 Öle zu gleichen Teilen in ein leeres Ölefläschen tropfen und dann von dieser Mischung 2 bis 3 Tropfen auf die Handflächen geben und tief inhalieren (1 bis 2 Minuten). Gehört in die Handtasche!
- 🌊 Genial auch zum Auftragen auf die Fußsohlen, Brust und Nacken (gerne verdünnt)
- 🌊 Diese Mischung zu gleichen Teilen z. B. 2 Tropfen Lemon, 2 Tropfen Lavendel + 2 Tropfen Peppermint können Sie auch in den Diffuser geben.

Tipp:

- 🌿 DiGize in Verdünnung auf den Bauch geben.
- 🌿 Stress vermeiden
- 🌿 primär Gemüseahlzeiten essen (zu viel Milchprodukte, Getreidemahlzeiten, Zucker belasten das System und der Körper hat Mühe sich selbst zu regulieren)

Mischen Sie das folgende Rezept um auf Ihre Brust, Rücken, Nacken und Füße aufzutragen. (von Julie St.) "Ich wende diese Mischung am liebsten früh an, wenn ich mit einer laufenden Nase aufwache und den ganzen Tag unterwegs sein werde. 3 bis 4 mal täglich auftragen für eine Ganztages-Befreiung :-)

2 EL kaltgepresstes Kokosöl

3 Tropfen Lavendel

3 Tropfen Lemon

3 Tropfen Peppermint

Zitrusöle sind photosensitiv. Wenn Sie sich tagsüber in der Sonne aufhalten werden, tragen Sie diese Mischung auf Rücken, Nacken und/oder Fußsohlen auf wo sie nicht dem Sonnenlicht ausgesetzt sind.

Einfach Kokosöl an einen warmen Platz stellen wo es schmilzt und mit den Ätherischen Ölen mischen, anschließend in ein kleines Creme-Döschen geben zum Mitnehmen.

 Lemon+, Lavendel+ und Peppermint+ dürfen auch in Kapseln eingenommen werden (Start mit je 1 Tropfen)

DIGize auf den Buch -> Verdauung unterstützen