

# Tee hilft

Bei Kreislaufbeschwerden:

Rosmarintee

Bei Verspannungsschmerz, Kopfschmerz:

Wermuttee

Bei Blähungen oder Bauchschmerzen:

Kümmeltee, Fencheltee oder Kamillentee

Bei Unruhe oder Schlafschwierigkeiten:

Baldriantee, Melissentee oder Lavendelblütentee

Entwässernd, reinigend und bei Leberschmerzen:

Brennnesseltee

Stimmungsaufhellend, krampflösend:

Lemongrass

Wärmend, schweißtreibend, stärkend für Abwehrkräfte,  
hilfreich bei beginnender Verkühlung:

Lindenblütentee

