

Praxis für Naturheilkunde und psychologische Beratung
Angelika Gräfin Wolffskeel von Reichenberg, Heilpraktikerin
Eichenweg 4, 97950 Gerchsheim
09344-928880 – Fax 09344 – 928881
www.graefin-wolffskeel.de – email: praxis@graefin-wolffskeel.de

Angelika Gräfin Wolffskeel, Eichenweg 4, 97950 Gerchsheim

Teerezepturen beim 5. Kaminesgespräch 24. Januar 2024

➤ Tee gegen depressive Verstimmungen

- 20 g Johanniskraut
- 20 g Melisse
- 20 g Hopfenzapfen

➤ Tee bei Hitzewallungen mit starken Herzklopfen

- 20 g Herzgespann
- 15 g Johanniskraut
- 10 g Weißdorn
- 10 g Melisse
- 5 g Baldrian

➤ Nervenstärkende Teemischung

- 20 g Mateblätter
- 20 g Melissenblätter
- 10 g Weißdornblätter und – blüten
- 15 g Tulsikraut
- 10 g Engelwurz Wurzel
- 10 g Dillsamen
- 5 g Rosenblüten

Praxis für Naturheilkunde und psychologische Beratung
Angelika Gräfin Wolffskeel von Reichenberg, Heilpraktikerin
Eichenweg 4, 97950 Gerchsheim
09344-928880 – Fax 09344 – 928881
www.graefin-wolffskeel.de – email: praxis@graefin-wolffskeel.de

➤ **Schlaftee für Erwachsene**

- 20g Baldrianwurzel
- 10g Haferfrüchte
- 10g Hopfenzapfen
- 10g Fenchel

➤ **Schlaftee für Kinder**

- 10g Anis
- 10g Baldrianwurzel
- 10g Passionsblume
- 5g Fenchel
- 5g Hopfen
- 5g Kamille
- 5g Melissenblätter