

Ihr Team der



empfiehlt

ZUR GEBURTSVORBEREITUNG

Schwangerschafts- oder Geburtsvorbereitungstees

Frauenmantel:	zur hormonellen Unterstützung
Himbeerblätter:	auflockernd
	zur Unterstützung des Stoff- Wechsel
Zinnkraut:	erhöht die Nierenausscheidung
Johanniskraut:	nervenstärkend
Melisse:	entkrampfend, beruhigend
Schafgarbe:	leicht entkrampfend

Die einzelnen Bestandteile werden zu gleichen Teilen gemischt

Dosierung: vier Wochen vor der Geburt 1-2 Tassen Tee. Steigern bis zu einem Liter.

Schwangerschafts- oder Geburtsvorbereitungstees

Frauenmantel:	zur hormonellen Unterstützung
Himbeer-/ Brombeerblätter:	auflockernd, zur Unterstützung des Stoffwechsel
Angelikawurzel:	entkrampfend, beruhigend
Melisse:	entkrampfend, beruhigend
Schafgarbe:	leicht entkrampfend

Dosierung:

ab 3 Wochen vor errechnetem Termin:	1 Tasse Tee pro Tag
ab 2 Wochen vor errechnetem Termin:	2 Tassen Tee pro Tag
ab 1 Wochen vor errechnetem Termin:	3 Tassen Tee pro Tag bis zur Geburt

langsam Trinken!