

## Aromatipp

Gehören Sie zu den Morgenmuffeln oder verspüren Frühlingsmüdigkeit, sodass Sie morgens schwer aus den Federn kommen? Dann hilft ein Riechfläschchen mit Rosmarin-Cineol-Öl auf dem Nachttischchen. Morgens als Erstes daran riechen, und schon erwachen die Lebensgeister und der Kreislauf kommt in Schwung. Hinweis: Es ist wichtig, beim Kauf des Rosmarinöls auf die Art zu achten, also hier Rosmarin-Cineol-Öl, weil die Wirkungsweise von Art zu Art stark variieren kann. Ätherische Öle sind in Apotheken und Drogerien erhältlich.

