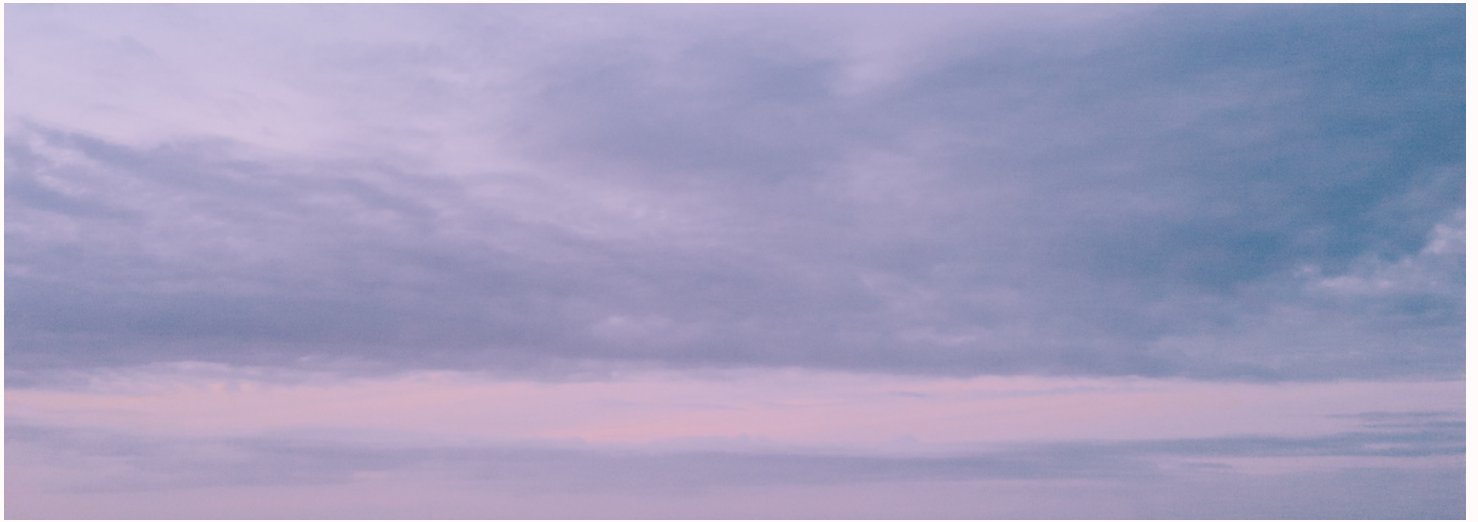


RUST

www.cuevaatalaya.com



De combinatie van hop, linde (lindebloesem) en passiebloem is een veelgebruikte mix in de kruidengeneeskunde, met name gericht op ontspanning & rust. Deze kruiden worden samen gebruikt vanwege hun synergetische werking: ze versterken elkaar in het kalmeren van lichaam en geest.

Passiebloem (Passiflora incarnata)

Werking: Werkt sterk rustgevend en ontspannend bij stress, gejaagdheid en nerveuze onrust.

Slaap: Helpt goed bij inslaapproblemen en milde slaapstoornissen.

Mechanisme: Het verhoogt de GABA-niveaus in de hersenen, wat helpt om de hersenactiviteit te kalmeren.

Hop (Humulus lupulus)

Werking: Bekend als een "klassieker" voor een goede nachtrust en ontspanning.

Eigenschappen: Hop is rijk aan stoffen (chalconen) die rustgevend werken.

Linde / Lindebloesem (Tilia)

Werking: Lindebloesem staat bekend om zijn rustgevende en kalmerende eigenschappen, vaak gebruikt om spanning te verminderen.

MET LIEFDE VOOR JOU

Dit informatieblad wordt vertrouwelijk gegeven en heeft als enig doel om zoveel mogelijk ondersteunend te zijn bij het verantwoord gebruik van deze tinctuur.

Tinctuur 3 maal daags 20-40 druppels met wat water voor het eten innemen.

Jij Bepaalt Wat Goed Voelt!

⛔ Wanneer u momenteel geneesmiddelen neemt, stop de inname ervan niet of vervang ze niet zonder eerst een arts te raadplegen

Ook bij zware aandoeningen, zwangerschap, zogen of kleine kinderen is het verstandig u eerst goed te laten informeren