

VENKEL

WWW.CUEVAATALAYA.COM



FOENICULUM VULGARE

Een vers gezet kopje venkelthee is behalve lekker, ook nog goed voor je. Venkel is van nature heerlijk zoet en zorgt voor een smaakvolle kruidenthee. Bovendien geeft het drinken van venkelthee je extra **ONTSPANNING**. Venkel heeft namelijk een **RUSTGEVENDE** werking op geest en lichaam.

Venkelzaad kan helpen bij **MENSTRUATIEPIJN**, ook de klachten van de **OVERGANG** kunnen verminderen. Dit kleine zaadje bevat namelijk stofjes die in ons lichaam ongeveer dezelfde werking hebben als het vrouwelijke hormoon oestrogeen. Deze stofjes zijn de zogenaamde fyto-oestrogenen. Het proberen waard ❤️

De etherische olie die in dit zaad zit heeft een **KALMERENDE** werking op **DARM** en **MAAG**. Venkelzaad kan daardoor helpen tegen darmkrampen en winderigheid.

Wil je graag **AFVALLEN**? Rauwen op het zaad heeft een honger remmende werking, waardoor je dus minder snel naar een ongezonde snack, een koekje of chocolade grijpt.

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, olie of thee.

Thee/ infuus: eetlepel op kop en 10 minuten afgedekt trekken.

**RAADPLEEG ALTIJD EEN
THERAPEUT BIJ ZWARE
MEDICATIE EN/OF
GEZONDHEIDSPROBLEMEN**