



Stop tankemylder, og stik en kæp i hamsterhjulet

Kender du det med at vågne midt om natten med tanker, der bare suser rundt i et „hamsterhjul“?

Så kan du prøve Padma NervoSib, som stikker en kæp i hjulet og virker med det samme. Fra en tibetansk synsvinkel gælder det om at skabe lung balance, hvilket er medvirkende til at opnå mental sindsro. Generel ubalance i lung kan føre til søvnløshed, humørsvingninger og depression. Netop derfor bruger tibetanske læger Padma NervoSib til at behandle disse symptomer og følgerne af dem.

Padma NervoSib bliver også anbefalet ved tristhed, mental uro, sløvhed, eksamensangst og koncentrationsbesvær. Padma NervoSib skal ikke tages kontinuerligt, men anvendes, når behovet opstår. For eksempel i en periode med stress, ved eksamener, eller hvis der sker meget, som kræver, at du er i balance og har brug for mental ro. De ti tibetanske urter er: kommen, myrobalan frugt, lakridsrod, muskatnød, ægte kryddernellike, læge-alantrod, sichuanpeber, bukkehornsfrø, boswellia og dyvelsdræk.

Læs også Dinna Trehøjes artikel om tankemylder under **Spørg Eksperterne**

Skab en ægte spastemning derhjemme

30 år med økologi kan den franske virksomhed Florame prale med, men de kan meget mere end lækker økologisk hudpleje til både hud og hår og fristende massageolier. Deres produktsortiment indeholder nemlig også fx en Ultrasonic Diffuser med lys. En oval glasformet diffuser, som ikke kun spreder forskellige former for stemningsfuldt lys, men hvor du også kan påfylde æteriske olier, så du kan skabe den beroligende og rene duft, som du kender fra dit spasted. Diffuseren er i et super enkelt og elegant design, så den passer ind på ethvert badeværelse eller i andre rum, hvor du gerne vil skabe en dejlig stemning. Diffusionen af den æteriske olie sker med ultralyd.

Florame er indbegrebet af økologiske æteriske olier, og du finder derfor også en bred vifte af olier, som passer til alle dine sidsstemninger, hvad enten du lige er kommet fra træning, er i gang med at detoxe, til ro og fred eller trænger til en opfrisker. De findes i bokse med tre olier i hver, som ja, også er perfekte som en spændende gave til livsnnyderen.

Vi dykker videre ned i Florame-universet og finder et væld af roll-on-variationer med essentielle olier. Der er et produkt til enhver hudtype. Du finder også en „must-have“ til førstehjælpskassen, da Arnica-roll-on er perfekt til at hele og regenerere huden. Du finder en roll-on med en kombination af bredbladet lavendel og kamilie, som dulmer kløe og beroliger huden. Du finder mange andre roll-ons hos Florame.

Vil du dykke endnu mere ned i Florame-universet, så tjek hjemmesiden www.bijodan.dk, hvor du får det fulde overblik over alle de skønne franske produkter.

