



## Stärkendes Fußöl für ein kräftiges Immunsystem

Eine kurze Einreibung mit diesem Öl schenkt deinem Immunsystem einen kraftvollen Schub! Die sorgfältig ausgewählten ätherischen Öle wirken wohltuend, fördern die Durchblutung und unterstützen die natürliche Abwehr deines Körpers – besonders in der kalten Jahreszeit ein wirkungsvoller Begleiter! Das regelmäßige Einmassieren regt die Reflexzonen an den Füßen an, was zusätzlich zur ganzheitlichen Stärkung des Wohlbefindens beiträgt. Eingehüllt in warme Socken können die pflegenden Inhaltsstoffe tief in die Haut einziehen und für ein angenehmes Wärmegefühl sorgen. So kannst du deinem Körper auf einfache und natürliche Weise helfen, widerstandsfähig zu bleiben und gesund durch die kalte Jahreszeit zu kommen.

### Zutaten

- 50 ml Olivenöl
- 10 Tr. äth. Lavendelöl fein
- 10 Tr. äth. Cajeputöl
- 50 ml Braunglasflasche leer

### Herstellung:

Alle Zutaten in eine 50 ml Braunglasflasche geben und gut schwenken, damit sich alles optimal verbindet.

Gerade in der kalten Jahreszeit empfiehlt es sich, die Fußsohlen zweimal täglich damit einzureiben und anschließend in warme Socken zu schlüpfen – so unterstützt du deinen Körper auf sanfte Weise.

**TIPP:** Das Fußöl eignet sich auch wunderbar für Kinder ab 5 Jahren: Einfach die Menge der ätherischen Öle halbieren, dann ist es mild und schonend für die kleinen Füße.