



# SOS Hexenschuss

## SANFTE SELBSTHILFE DURCH HAUSMITTEL

Naturheilmittel sind bestens geeignet, kleine und größere Beschwerden wirksam zu behandeln. Im Buch finden sich Hinweise und Rezepte, die sich über Generationen bewährt und als besonders praktisch erwiesen haben.

Die kleine „Hausapotheke“ für die Gesundheit ist eine wichtige Unterstützung für den ganz normalen Familienalltag ... auch hilfreich für Kosmetikzubereitungen und in der Küche ...

- › Tipps zum richtigen Umgang mit Pflanzen und ihren ätherischen Ölen, Hydrolaten, Tees u.v.m.
- › Rezepte, Rezepte, Rezepte! (leicht nachzumachen)
- › Tabellen der Öle, Kräuter und Hydrolate

**INGRID KLEINDIENST-JOHN** beschäftigt sich schon seit ihren Jugendjahren mit der Natur. Seit mehr als 15 Jahren unterrichtet sie Aromatherapie und bildet in ihrem eigenen Institut „Aromaexperten“ interessierte Menschen aus. Sie lebt und arbeitet vorwiegend im Süden Niederösterreichs, in einer Landschaft, die ihr besonders ans Herz gewachsen ist. Gemeinsam mit ihrem Mann veranstaltet sie Kräuterwanderungen und Workshops für Kräuterheilkunde.

### KONTAKT ZUR AUTORIN:

Email: [ingrid.kleindienst@aon.at](mailto:ingrid.kleindienst@aon.at)  
Web: [www.kleindienst-john.at](http://www.kleindienst-john.at)  
Web: [www.aromaexperten.at](http://www.aromaexperten.at)  
Web: [www.kraeuterkraftkreis.at](http://www.kraeuterkraftkreis.at)



*Ingrid Kleindienst-John*  
**SOS Hexenschuss**  
*Die besten Rezepte bei kleinen Beschwerden*  
Format: 17 x 22 cm  
Flexocover, 264 Seiten  
durchgehend vierfärbig  
ISBN 978-3-99025-189-8  
Preis: € 19,90



## PRESSEKONTAKT & MATERIALBESTELLUNG

Freya Verlag GmbH, [presse@freya.at](mailto:presse@freya.at), +43 7235 50 40 5

Wir bitten herzlich um Erwähnung des Titels und freuen uns sehr, wenn Sie ein Belegexemplar anfordern.  
Abdruck honorarfrei bei Nennung des Verlags.

