



Tee

Die Idee der INTO LIFE Tees ist eine ganz einfache:

Schwangerschaftstee soll besser schmecken als es sich anhört und dabei wirkungsvoll sein. Mittlerweile sind es acht Sorten, für alle Phasen der Schwangerschaft und der Zeit nach der Geburt, dem Wochenbett.

Die Zutaten sind von mir als Hebamme achtsam und mit viel Erfahrung in der Kräuterheilkunde aufeinander abgestimmt. Alle diese Kräuter haben wohltuende, seit Jahrhunderten überlieferte Wirkungen auf diese besondere Zeit im Leben und stammen natürlich zu 100% aus biologischem Anbau.

Die Tees gab es eigentlich schon, bevor es INTO LIFE gab. Ich habe schon Jahre zuvor eigene Teemischungen in meiner Praxis verwendet, die erstens natürlich die traditionell bekannten und so hilfreichen „Schwangerschaftskräuter“ aus dem Schatz ganz alten Hebammenwissens enthielten, die aber zweitens auch schmeckten. Als ich 2004 selbst das erste Mal schwanger wurde, feilte ich noch mal an den Rezepturen: Ich wollte wirklich leckeren Schwangerschaftstee – mit sinnvoller Kräuter-Wirkung! Und voilà: Mittlerweile sind es acht Sorten, für jede Phase genau passend, von Kinderwunsch bis Wochenbett!

Guter Hoffnung 1

für die Schwangerschaft mit Rosenblüten und Frauenmantel

Guter Hoffnung 2

zum Einstimmen auf die Geburt mit Himbeerblättern und Verbene

Neun Monde

für die Schwangerschaft mit Zitronenmelisse und Orangenblüten

Weiches Wochenbett

für die Zeit gleich nach der Geburt mit Süßholz und Gänseblümchen

Mutterstolz

für die Monate nach der Geburt mit Verbene und Frauenmantel

Milchmädchen

für die Stillzeit mit Verbene und Bockshornklee

Wunschbaby 1

begleitend in der 1. Zyklushälfte mit Himbeerblättern und Storchnabel

Wunschbaby 2

begleitend in der 2. Zyklushälfte mit Frauenmantel und Rosenblüten



GUTER HOFFNUNG 1

Einfach lecker schwanger!

GUTER HOFFNUNG 1 ist der perfekte Tee für die gesamte Schwangerschaft. Er enthält natürlich alle hilfreichen Kräuter, die wir Hebammen schon seit Jahrhunderten für Schwangeren-Teemischungen nutzen: Frauenmantel als klassische Heilpflanze für alle besonderen Phasen im Frauenleben. Brennnessel, Zitronenmelisse, Johanniskraut. Und damit dieser Tee auch besonders lecker schmeckt, wird diese feine Rezeptur zeitgemäß interpretiert mit Rosenknospen (der weiblichsten Blüte überhaupt), vitaminreichen Sanddornfrüchten, Lemongras und einem Hauch frischer Orangenschalen. Natürlich fehlen auch Himbeerblätter mit dem überlieferten tonisierenden Effekt auf die Gebärmutter nicht. In diesem Tee allerdings mit einem nur geringen Anteil von 13%. Gegen Ende der Schwangerschaft, etwa ab der 36. SSW, macht es Sinn, mehr Himbeerblätterttee zu trinken, um die Gebärmutter auf die Geburt vorzubereiten. Dann ist GUTER HOFFNUNG 2 mit einem höheren Himbeerblätter-Anteil die Mischung, die GUTER HOFFNUNG 1 ablösen kann.

Köstliche und unterstützende Bio-Kräuterteemischung für die gesamte Schwangerschaft.

Mit Rosenblüten und Frauenmantel
110 g, 18,90 EUR
zu beziehen über www.into-life.de



GUTER HOFFNUNG 2

Nur noch kurze Zeit ...

GUTER HOFFNUNG 2 ist ein Tee für die letzten Wochen der Schwangerschaft: Ab der 35. SSW treten hier die geburtsvorbereitenden Kräuter in den Vordergrund.

Vor allem Himbeerblätter werden von Hebammen lange schon für diesen Zweck verwandt. Die gebärmutterkräftigende Wirkung von Verbene wird ebenfalls schon seit der Antike beschrieben. Die Kombination dieser beiden Kräuter schmeckt nicht nur viel besser als purer Himbeerblätterttee, sie unterstützen sich auch günstig in dieser Wirkung.

Und natürlich kann man auch Kraft, Ruhe und Gelassenheit in dieser Zeit gut gebrauchen, um der nahenden Geburt entspannt entgegenzusehen und „Loslassen“ leichter zu machen. Dafür finden Melisse, Orangenblüten, Lavendel und Johanniskraut Verwendung. Ihnen wird traditionell eine seelisch ausgleichende Wirkung zugeschrieben. Für die nötige Portion Zuversicht.

Nach der Geburt kann diese Mischung zur Unterstützung der Gebäuterrückbildung gut auch weiter getrunken werden.

Geburtsvorbereitende Bio-Kräuterteemischung zum Einstimmen auf die Geburt ab der 35. Schwangerschaftswoche.

Mit Himbeerblättern und Verbene

100 g, 18,90 EUR

zu beziehen über www.into-life.de



WEICHES WOCHENBETT

Diese Teemischung gibt dem Körper Kraft und wärmt die Seele.

WEICHES WOCHENBETT hilft nach den Anstrengungen der Geburt bei der Neufindung und beim Ankommen im Mutter-Sein. Ruh' Dich aus im kuschelweichen Wochenbett! Gönn Dir ganz viel Ruhe, lasse Dich umsorgen und Raum und Zeit verschwimmen: All das hilft Körper und Seele, nach der Geburt wieder ins Gleichgewicht zu kommen. Zimt und Süßholz wirken als wärmende Regenerativa, Frauenmantel und Gänseblümchen helfen bei Heilung und Rückbildung der Gebärmutter und Rosmarin gibt Kraft. Ein wohlig-besänftigender Tee für die allerersten Wochen nach der Geburt.

Wohlige Bio-Kräuterteemischung für die Zeit gleich nach der Geburt

Mit Süßholz und Gänseblümchen

Dose, 145 g, 18,90 EUR

zu beziehen über www.into-life.de



MILCHMÄDCHEN

Natürlich darf auch der klassische Milchbildungstee der Reihe nicht fehlen: In MILCHMÄDCHEN finden sich traditionell schon seit Jahrtausenden als milchbildend bekannte Zutaten zu einem Stilltee der besonders leckeren Art zusammen. Gute Milchbildung braucht Ruhe, gutes Essen und ganz viel intensives Kuscheln mit dem Baby mit viel, viel Anlegen. Als ergänzende Maßnahme hilft dieser Tee ganz wunderbar! Mit leichtem Aufbrechen der geschlossenen Früchte von Fenchel und Anis (zum Beispiel im Mörser) lässt sich der Gehalt an ätherischen Ölen (und damit deren Wirksamkeit) noch erhöhen.

Feine und leckere Bio-Kräuterteemischung für die Stillzeit zur Unterstützung der Milchbildung.

Mit Verbene und Bockshornklee
Dose, 180 g, 18,90 EUR
zu beziehen über www.into-life.de



NEUN MONDE

Ob nun Alltagsstress, viele Sorgen oder nächtliche Schlaflosigkeit: Diese besänftigende Teemischung hilft beim Abschalten und Entspannen und wirkt ausgleichend bei besonderen Belastungen. Auch während unruhiger Tage mit viel Wirbel im Innen und Außen ist NEUN MONDE genau richtig. Orangenblüten, Zitronenmelisse, Rose und Lavendel schenken Entspannung und Gelassenheit, Zuversicht, Ruhe in den Gedanken und in der Nacht. Als zusätzliche Maßnahme für Frauen mit erhöhter Kontraktionsbereitschaft der Gebärmutter oder auch zum „Runterkommen“ bei erhöhtem Blutdruck kann diese Teemischung ebenfalls eine hilfreiche Ergänzung sein.

Beruhigende Bio-Kräuterteemischung für die Nacht und für aufgeregte Zeiten zum Abschalten und Entspannen. Nicht nur in der Schwangerschaft.

Mit Zitronenmelisse und Orangenblüten.

100 g, 18,90 EUR

zu beziehen über www.into-life.de



MUTTERSTOLZ

Macht Lust auf neue Zeiten! Nach den ersten zauberhaften Wochen mit dem Baby – bleibt alles anders. Eine leckere Tasse MUTTERSTOLZ gibt da ordentlich Rückenwind – für die Tage und die Nächte, für die Höhen und die Hürden des Mutterseins. Er wirkt ausgleichend, kräftigend und regenerierend. Ein feiner, leckerer Tee mit duftenden Rosenblüten und frischer Verbene – für die gesamte Stillzeit und darüber hinaus. Frauenmantel hilft den weiblichen Organen bei der Rückbildung und bei der hormonellen Stabilisierung, Melisse entspannt und belebt, Johanniskraut wirkt ausgleichend auf die seelische Verfassung. Für Frauen, die ausreichend Milch haben, ist dieser Tee eine willkommene Abwechslung zu den üblichen Milchbildungstees.

Harmonische Bio-Kräuterteemischung für die Monate nach der Geburt.

Mit Verbene und Frauenmantel

150 g, 18,90 EUR

zu beziehen über www.into-life.de