Die kleine Hausmittel-Reiseapotheke

Meine Checkliste für die Mini-Apotheke unterwegs.

Claudia Schauflinger
"Zwiebel im Gepäck"
www.kinderhausmittel.com

MEINE KLEINE REISEAPOTHEKE

Ein paar Zutaten sind unterwegs immer mit dabei. Sie sind Fixstarter im Rucksack und immer in einem kleinen Täschchen mit dabei. So begleiten sie uns auf allen Wegen. Denn mit Hilfe weniger Zutaten kann unterwegs rasch geholfen werden, egal bei welchem Malheur.

•Pflaster, Wundauflagen und Mullbinden, um kleine Wunden unterwegs erstversorgen zu können. Bunte Pflaster einpacken! Sie sorgen für ein bisschen Ablenkung.

•100 % ätherisches Lavendelöl – bei Insektenstichen, kleinen Wunden, Sonnenbrand oder Brennnesselkontakt.

·Ein buntes Taschentuch zum Reinigen von kleinen Wunden. Blut sieht auf einem weißen Tuch schlimmer aus, und so ein Tuch ist super vielseitig! Für kühle Auflagen, zum Saubermachen, Blut abwischen … Nicht umsonst hat jeder Gentleman der alten Schule immer ein Taschentuch parat. Ein Vorbild!

•Insektenschutz – Vorbeugen ist besser als Nachsorgen. Daher ein Mückennetz für den Kinderwagen und euer selbstgemachtes Duftspray mit ätherischen Ölen nicht vergessen!

•Eine Pinzette – für Splitter, Holzspäne oder zur Entfernung von Zecken.

•Ein Abziehbild oder Mini-Buch, die Lieblingssüßigkeit deines Kindes oder eine andere kleine Ablenkung, die in eurer kleinen Reisapotheke Platz findet – so kommt ihr rasch auf andere Gedanken.

Im Sommer zusätzlich:
•Taschenmesser und eine kleine Zwiebel – die beste Erste Hilfe bei Insektenstichen.

•eine kleine Tube Sonnencreme, falls die Sonne doch intensiver ist, als zu Hause erwartet.

(c) Claudia Schauflinger

MEIN KINDERHAUSMITTEL-PROJEKT

Über Generationen wurden Rezepte erprobt, verbessert und weitergegeben. Die Vorteile dieses Erfahrungsschatzes können wir nutzen! Vertrauen in die Oma, die Uroma und viele Generationen davor begründen auch in deinem Kind einen soliden Grundstock, eine gewisse Verwurzelung, die es braucht, um im Leben so manchem Sturm standhalten zu können.
Lass dein Kind an Rezepten, Geschichten und Familientraditionen teilhaben.

Hast du erstmal begonnen Hausmittel anzuwenden, tauchen im Laufe der Zeit vielleicht immer wieder neue Fragen auf. Wenn du Lust hast mit mir gemeinsam in einem Kurs die Anwendungen zu üben oder neue Rezepte auszuprobieren, dann freue ich mich, wenn du mich auf **www.kinderhausmittel.com** besuchst. Dort findest du meine aktuellen Kursangebote, Rezepte und Videos.

Das Schenken von Zeit und Liebe ist für Menschen unbezahlbar wichtig. Besonders wenn man krank ist, verletzt wurde und sich schlecht fühlt, sind Liebe und Zuwendung eine wichtige Stütze. Es macht uns stärker, jeden Tag in der Gewissheit zu leben: Ich bin gut, so wie ich bin. Wenn ich krank bin, wird mir geholfen. Meine Eltern sind für mich da.
Dein Kind halten, wiegen, streicheln und umarmen – Trost spenden wirkt. Love rules.

GET IN TOUCH

claudia@kinderhausmittel.com
Instagram: claudia_kinderhausmittel
Facebook: kinderhausmittel

Credits:
Rezeptfotos: www.iris-kagerer.at
Illustration: Andrea Haselmayr
Portrait: www.wirlphoto.at
Maudrich Verlag www.facultas.at
All Rights reserved.

Meine Bücher gibt es überall, wo es Bücher gibt!

Bäuchlein-Öl und Zwiebelsocken
Das Kinderhausmittel-Buch
ISBN 9783990021187
Verlag: facultas / maudrich

Zwiebel im Gepäck
Die Hausmittel-Reiseapotheke
ISBN 3990021362
Verlag: facultas / maudrich