

Anleitung für Gute-Nacht-Bodyspray mit Lavendel

Das brauchen Sie

- Destilliertes Wasser
- Ätherisches Lavendelöl
- Altes Parfumfläschchen mit Zerstäuberaufsatz
- Optional: frische oder getrocknete Lavendelblüten



Und so geht's

1. Wasser in das sterilisierte Sprühfläschchen füllen.
2. Das ätherische Lavendelöl hinzugeben, schütteln und die Mischung kühl lagern.
3. Alternativ: Wenn Sie frischen Lavendel statt des ätherischen Lavendels verwenden wollen, kochen Sie das Wasser einfach auf und übergießen den Lavendel damit. Lassen Sie das Ganze für zehn Minuten ziehen und füllen Sie das Spray dann in Ihr Fläschchen ab. Vorsicht, das Wasser ist noch heiß.

Anmerkung: Wenn Sie frischen Lavendel statt des ätherischen Öls verwenden, ist das Bodyspray kürzer haltbar.