

## **Frühlingserwachen in turbulenten Zeiten**

Was macht Ihnen in der aktuellen Coronakrise zu schaffen? Welche Momente erfüllen Sie mit Zuversicht und geben Ihnen Kraft?

Seit mehreren Wochen blüht auf der Terrasse der Rosmarinstrauch und ist mit seinen wunderschönen lila Blüten begehrt. Landeplatz von unzähligen Bienen. Es summt und brummt, emsiges Treiben herrscht von morgens bis abends. Bereits 5 Minuten „Rosmarinstrauch Watching“ beruhigt meine Gedanken und erfüllt mich mit Zuversicht, dass wir aus dieser Krisensituation gestärkt hervorgehen werden.

Hierfür steht der Rosmarinstrauch als starkes Symbol: Rosmarin ist ein wahrer Allrounder unter den Kräutern. Er ist nicht nur ein hervorragendes Würzkräut, sondern bereits seit der Antike ein anerkanntes und wirksames Heilkräut. Rosmarin lindert beispielsweise leichte Verdauungsbeschwerden, Durchblutungsstörungen, nervöse Unruhezustände und als ätherisches Öl beschwingt es sogar Morgenmuffel.

Ich wünsche Ihnen ein freudiges Frühlingserwachen mit vielen glücklichen Momenten, bleiben Sie gesund!

Herzlich, Ihre Petra Schwendimann