

# FREYA APP!T!



**INTERAKTIVES LESEVERGNÜGEN MIT DER FREYA-BÜCHER-APP!** Ab sofort können Sie unsere Bücher mit der *kostenlosen* App interaktiv entdecken. Videos, Zusatzinhalte und mehr Informationen aus den Freya Büchern steigern Ihr Lesevergnügen und bieten Ihnen faszinierende Einblicke.

## So einfach geht's:

1. Laden Sie die *kostenlose* Freya-Bücher-App auf Ihr Smartphone oder Ihr Tablet.

*Hier die App downloaden*

2. Wählen Sie Ihr Buch aus der Liste in der Freya-Bücher-App aus und drücken Sie auf „Bild scannen“. Automatisch wird Ihre Kamera aktiviert.
3. Halten Sie Ihr Smartphone oder Ihr Tablet jeweils über die Bilder in Ihrem Buch, die mit einem kleinen Handysymbol versehen sind.
4. Dann öffnen sich die zusätzlichen interaktiven Elemente von selbst. Schon haben Sie Zugang zu weiteren Informationen und Videos aus dem Buch.

## Hinweise:

*Sollten die Bilder von der App nicht erkannt werden, stellen Sie bitte sicher, dass das Buch ausreichend beleuchtet ist, und verringern Sie gegebenenfalls den Abstand zur Kamera. Ihr elektronisches Gerät muss mit dem Internet verbunden sein.*



*Bilder mit diesem Symbol scannen*

eISBN 978-3-99025-347-2

© 2018 Freya Verlag GmbH

Alle Rechte vorbehalten printed in EU

**Layout:** freya\_art, Christina Diwold

**Lektorat:** Dorothea Forster

**Fotos:** Eunike Grahofer,  
Wolf Ruzicka, Christina Diwold  
weitere siehe Seite 264



# Jänner

---

## *Honig – der goldene Saft*

Der **Honig** allein ist bereits ein wertvolles Hausmittel für alle Fälle. Er wurde einst über Fieberblasen gegeben, hatte sich jemand in der Familie bei der heißen Suppe die Zunge verbrannt, strich die Mutter schnell Honig darüber, bei Halsschmerzen, Husten, gegen Sodbrennen, für die Verdauung oder zur Stärkung des Immunsystems gab es einen Löffel Honig. Er war ein wichtiges Wundheilmittel bei Verletzungen und wurde vor allem auf schlecht heilende, offene Körperstellen aufgetragen. Heute geben wir Honig als wichtige Zutat zu Wund- und Heilsalben oder Salben gegen Hautausschläge sowie Akne hinein.

*Heute geben wir Honig als wichtige Zutat zu Wund- und Heilsalben.*

*Honig, ein altes Heilmittel!*



## *Honig-Salbe*

**Zutaten:** 50 g Honig, 50 g kalt gepresstes Speiseöl (Olivenöl, Sonnenblumenöl), 5 g Bienenwachs

**So wird's gemacht:** Das Speiseöl mit dem Bienenwachs am Herd auf niedriger Stufe erwärmen, nicht kochen, es soll nur das Wachs schmelzen. Sobald es flüssig ist, füllt man das Öl-Wachs-Gemisch in einen Tiegel, erst dann gibt man den Honig hinzu und rührt, bis er sich mit dem Ölgemisch verbunden hat. Die wertvollen Inhaltsstoffe des Honigs sind sehr hitzeempfindlich, daher rührt man diesen erst im Nachhinein in die Salbe.

**Anwendung:** Die Honig-Salbe ist eine einzigartige Hautpflege und sorgt speziell für eine geschmeidige, samtige Gesichtshaut. Man nimmt sie auch zur Unterstützung der Heilung von Wunden und kleineren Verletzungen sowie zum Hautschutz vor Aufenthalt in der Winterkälte.





## *Eingekochter Essighonig*

*das Hausmittel für alle Fälle*

**Zutaten:** 1 kg Honig, ½ l Wasser, ½ l Essig

**Und so wird's gemacht:** Den Honig mit dem Wasser aufkochen. Den Schaum, der hierbei entsteht, entfernen. Dann gibt man den Essig hinzu und reduziert die Hitze auf mittlere Temperatur. Ist daraus eine dünne, breiartige Masse entstanden, dann ist der Essighonig fertig und wird noch heiß in Gläser gefüllt.

**Anwendung:** Dieses Getränk wird bei Verstopfung, Verschleimung der Lungen, Halsproblemen, Husten, Engegefühl in der Brust, warmem, feuchtem Atmen, Nervenproblemen, Leberproblemen, Darmproblemen, Verdauungsproblemen, Gicht, Koliken, Blasen-Nierenleiden, Mutterbeschwerden (Unterleibsbeschwerden) und Fieberzuständen verwendet.



### *Heublumen – Helfer bei Blutvergiftung*

„Ich weiß nicht, welche Zeiten kommen werden. Vielleicht ist es einmal wieder wichtig, in Notsituationen die richtigen Pflanzenmittel zu kennen. Deshalb erzähle ich diese bewegende Geschichte weiter, weil ich möchte, dass außergewöhnliche Anwendungen erhalten bleiben und nicht vergessen werden“, meinte die betagte Frau, die einst in ihrer Kindheit am Rand der heutigen Großstadt lebte. Sie wuchs in einem Mehrparteien-Haus auf. Im unteren Stock lebte damals eine Familie mit zwei kleinen Mädchen. Eines Tages war ein ziemlich lautstarker Tumult im Haus zu hören. Die Frau, damals ein Kind von zwölf Jahren, ging hinunter, um zu sehen, was geschehen war. Der Vater jener Familie blickte sie verzweifelt an und erzählte mit leiser Stimme, seine Frau habe eine schlimme Blutvergiftung und der Arzt meine, ihr könne leider niemand mehr helfen. Vier Wochen später wusch die todgesagte Frau Nachbarin das Stiegenhaus auf – eine kräuterkundige Nonne hatte ihr das Leben gerettet ...

Als der Arzt meinte, er könne nicht mehr helfen, lief die älteste Tochter der Familie vor Verzweiflung einfach aus dem Haus. Zielloos durch die Straßen rennend, stieß sie zufällig gegen eine korpulentere Nonne, welcher die tränenüberströmten Augen und der verstörte Gesichtsausdruck des Mädchens auffielen. Das Kind vertraute sich der Nonne an, die umgehend einen Papierbeutel holte und mit dem Mädchen nach Hause zu ihrer im Sterben liegenden Mutter eilte. Die Nonne blickte kurz auf den stark geschwellenen und geröteten Arm der Frau, an dem die Blutvergiftung gerade ihren Lauf nahm, eilte zum Herd, kochte einen Topf Wasser mit einer Menge **Heublumen** drinnen auf, wickelte die dampfenden Heublumen in ein Tuch und dieses in vollster Hitze um den Arm der bereits von Krämpfen gebeutelten Frau. Das Wasser, in dem die Heublumen kochten, goss die Nonnen in eine