

Körnerkissen

gefüllt mit Roggen von der Hegnacher Mühle

Aufwärmen der Körnerkissen in der Mikrowelle

(Bitte achten Sie immer darauf, dass der Mikrowellenteller sauber ist und sich frei drehen lässt).

- Max. 2-3 Minuten bei 600 Watt.

Aufwärmen im Backofen:

10-15 Min. bei 100 Grad auf der unteren Schiene in einem Teller oder einer Schale erwärmen.

Als Kühlbeutel-Ersatz:

Zum Abkühlen wird das Kissen in das Eisfach gelegt. Aus hygienischen Gründen in einem Plastikbeutel.

Tut gut bei:

- Verspannungen (Nacken, Wirbelsäule, Becken...)
- Muskelschmerzen (warm oder kalt)
- Verstauchungen, Prellungen (kalt)
- Erkältungen
- Menstruationsbeschwerden
- kalte Füße
- ...