

# EEN TOVERBAD MAKEN

## MÉT EEN COMPLEET STAPPENPLAN





## Stappenplan TOVERBAD

Maak kennis met het toverbad voor je eigen “klijntje”

Het toverbad bestaat uit 4 ingrediënten: een biologische citroen, een biologisch ei, volle melk en honing. De gele, zure citroen heeft als kwaliteit dat hij samentrekkend is. Het mooie ronde ei, met telkens een nieuw leven, staat voor levenskiemkracht. Beide ingrediënten brengen je klijntje dichterbij zijn bewustzijn. De volle melk staat voor moedermelk, het meest prachtige geschenk van een mama aan haar eigen klijntje. De volle melk als substantie in het bad werkt aardend. De honing laat je klijntje optimale warmte beleven. Denk aan een kast vol bijen, waarin de bijen met elkaar voor een constante temperatuur zorgen.



klijntje

## Wat heb je nodig:

- Grote handdoek
- Kommetje en kleine garde
- 1 biologische citroen
- 1 biologisch ei
- 200 cc volle melk
- 1 eetlepel honing
- Wol/zijde romper

## Hoe bereid je het toverbad voor:

- Leg de citroen in een bakje warm water (de olie van de schil komt vrij) en snij de citroen doormidden.
- Kluts het ei in het kommetje, knijp de citroen uit en giet het “warme citroenwater” erbij en roer hier de honing en melk doorheen.
- Laat het bad vol water lopen, watertemperatuur ongeveer 37,5° C.
- Voeg het melkmengsel aan het badwater toe.

Laat je “klijntje” heerlijk genieten in het warme bad. Dep na het bad je “klijntje” droog en trek een wol/zijde romper aan. De warmte verdeelt zich over het lichaam waardoor ze heerlijk kunnen gaan slapen

