

## **So verwendest du dein Wölkchen richtig:**

Dein Wölkchen ist mit Bio-Traubenkernen gefüllt.

Der Vorteil von Traubenkernen ist, dass sie sich aufgrund ihrer kleinen Größe sehr gut an den Körper anschmiegen – besser als Kirschkerne.

Traubenkerne speichern Wärme, aber und auch Kälte, sehr gut. Du kannst sie also für Wärme- und Kälteanwendungen verwenden.

### **Für Wärmeanwendung:**

Du kannst dein Wölkchen im Backofen ca. 5 min. bei ca. 50 °C oder in der Mikrowelle (max. 90 Sek. bei max. 800 Watt) erwärmen.

### **Für Kälteanwendungen:**

Lege dein Wölkchen ca. 30 min. ins Gefrierfach oder bewahre es im Kühlschrank auf bis Du es brauchst.

Ich wünsche Dir viel Freude damit!

