

## Leseprobe



### **Gönn dir Zeit für deine Seele**

Lavendel für alle Sinne

62 Seiten, 16 x 12 cm, Spiralbindung, durchgehend farbig,  
zum Aufstellen

**ISBN 9783746261805**

Mehr Informationen finden Sie unter [st-benno.de](https://www.st-benno.de)

Alle Rechte vorbehalten. Die Verwendung von Text und Bildern, auch auszugsweise, ist ohne schriftliche Zustimmung des Verlags urheberrechtswidrig und strafbar. Dies gilt insbesondere für die Vervielfältigung, Übersetzung oder die Verwendung in elektronischen Systemen.

© St. Benno Verlag GmbH, Leipzig 2022

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek.  
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation  
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische  
Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

**Besuchen Sie uns im Internet:**

**[www.st-benno.de](http://www.st-benno.de)**

Gern informieren wir Sie unverbindlich und aktuell auch in unserem  
Newsletter zum Verlagsprogramm, zu Neuerscheinungen und Aktionen.  
Einfach anmelden unter [www.vivat.de](http://www.vivat.de).


ISBN 978-3-7462-6180-5

© St. Benno Verlag GmbH, Leipzig

Zusammenstellung: Dirk Klingner, Leipzig

Umschlaggestaltung: Ulrike Vetter, Leipzig

Gesamtherstellung: Arnold & Domnick, Leipzig (A)

A scenic view of a stone abbey with a lavender field in the foreground and a forested hill in the background. The abbey features a central tower with a bell tower and a large stone structure with multiple windows. The lavender field is in full bloom, and the sky is clear blue.

Wie viel *Schönheit*  
empfängt das *Herz*  
durch die *Augen!*

Leonardo da Vinci

A white ceramic cup filled with a golden-brown liquid, likely tea, sits on a matching saucer. The cup and saucer are placed on a light-colored, weathered wooden surface. Several sprigs of purple lavender flowers are scattered around the cup, some resting on the saucer and others on the table. The background is a soft-focus view of more lavender flowers and green stems.

Tu deinem *Leib* des Öfteren etwas *Gutes*,  
damit deine Seele *Lust* hat,  
darin zu wohnen.

Teresa von Ávila



## LAVENDEL

Lavendel erfreut sich großer Beliebtheit und wird mittlerweile auf der ganzen Welt kultiviert. Er blüht in unseren Breiten von Juli bis August und verströmt dabei seinen intensiven Duft. Das ganze Jahr über parfümieren getrocknete Zweige das Haus. Mit Lavendelöl kann der Duft der Zweige verstärkt oder wieder aufgefrischt werden.





Es gibt überall *Blumen* für den,  
der sie sehen *will*.

Henri Matisse



## PFLEGETIPP

Lavendel braucht weder Dünger noch Kompost. Die Pflanze liebt mineralischen Boden. Zu viele Nährstoffe führen zu schnellem Wachstum des Lavendels und die Pflanzen blühen dann weniger stark und verlieren an Standfestigkeit. Nur bei anhaltender Trockenheit sollte man Lavendel gießen.



## Bildnachweis

Cover: © Maria Dryfhout/shutterstock.com; ab Blatt 2: © stock.adobe.com/LianeM (Vorderseite), © stock.adobe.com/Olena Rudo (Rückseite); © stock.adobe.com/Tilio & Paolo, © stock.adobe.com/Med Photo Studio; © Maria Uspenskaya/shutterstock.com, © archana bhartia/shutterstock.com; © stock.adobe.com/tashka2000, © Belushi/shutterstock.com; © stock.adobe.com/chamillew, © stock.adobe.com/Aleksandra; © stock.adobe.com/Anton Gvozdikov, © stock.adobe.com/Scheer Sieglinde; © stock.adobe.com/Beboy, © stock.adobe.com/Hamik; © stock.adobe.com/vulkanismus, © stock.adobe.com/Pixel-Shot; © stock.adobe.com/kaprizka, © Photosite/shutterstock.com; © stock.adobe.com/Alexandre, © stock.adobe.com/talpik; © stock.adobe.com/Anna-Mari West, © stock.adobe.com/Gillou; © stock.adobe.com/Pixel-Shot, © stock.adobe.com/ElenaBatkova; © stock.adobe.com/oksix, © stock.adobe.com/Beboy; © stock.adobe.com/sriba3, © stock.adobe.com/favorestudio; © stock.adobe.com/Frédéric Prochasson, © stock.adobe.com/Fahrettin; © stock.adobe.com/murika, © archana bhartia/shutterstock.com; © Catherine77/shutterstock.com, © stock.adobe.com/yulia; © Cora Mueller/shutterstock.com, © stock.adobe.com/meirion; © freya-photographer/shutterstock.com, © stock.adobe.com/neirfy; © stock.adobe.com/laplateresca, © Bankiras/shutterstock.com; © stock.adobe.com/janoka82, © stock.adobe.com/oksix; © stock.adobe.com/Roman Babakin, © stock.adobe.com/Tilio & Paolo; © stock.adobe.com/Anton Gvozdikov, © Richard Semik/shutterstock.com; © stock.adobe.com/ronnybas, © matka\_Wariatka/shutterstock.com; © stock.adobe.com/Phil\_Good, © stock.adobe.com/Studio Romantic; © Kotkoa/shutterstock.com, © ukrphoto/shutterstock.com; © Maria Uspenskaya/shutterstock.com, © stock.adobe.com/nieriss; © stock.adobe.com/iagodina, © stock.adobe.com/Richard Semik; Verlagsarchiv, © nevodka/shutterstock.com; © stock.adobe.com/Jag\_cz, © Roman Rybaleov/shutterstock.com.



Gönne dich dir selbst!  
Sei wie für alle  
anderen Menschen  
auch für dich selbst da.

Bernhard von Clairvaux

Einfach mal von der Hektik des Alltags abschalten – mit den stimmungsvollen Naturfotografien und inspirierenden Zitaten in diesem Aufsteller gelingt das. Impressionen aus der Provence, weite Lavendelfelder und zauberhafte Landschaften laden zum Träumen, Entspannen und Wohlfühlen ein. Außerdem finden Sie hier aber auch viele praktische Ideen und Impulse rund um den Lavendel: von Rezepten für Lavendel-Plätzchen oder Lavendel-Wein über Garten-Tipps zum Anbau der Pflanze bis hin zu Wellness-Ideen wie selbstgemachtes Lavendel-Badesalz. Eine Wohltat für Auge und Seele.

[www.st-benno.de](http://www.st-benno.de)  
978-3-7462-6180-5



benno