

## UNNA DIG EN LUGN HÖST MED ROGIVANDE ÖRTER

Har du också haft en rivstart på hösten? Den rogivande örten Ashwagandha och en stillsam kopp av Pukkas Relax te hjälper dig att komma ner i varv.

- Ashwagandha kommer från sanskrit och betyder ungefär "essensen av en häst". Hästar har styrka, uthållighet och lugn och det är vad ashwagandha ger dig, säger Sebastian Pole, örtexpert och en av Pukkas två grundare.

Ashwagandha har använts i århundranden för dess unika egenskaper att stödja både kropp och sinne. Pukka lanserar nu Wholistic Ashwagandha, där man tack vare en unik extraheringsprocess får ett koncentrat av hela växtens aktiva komponenter, vilket ger varje dos maximal effekt.

Lagom till hösten kommer även Pukkas rogivande Relax te i ny fin design.

### 5 ANLEDNINGAR ATT PROVA ASHWAGANDHA

1. Säggs stödja kroppens motståndskraft mot fysisk och emotionell stress genom att stärka nervsystemet.
2. Örten är adaptogen vilket innebär att den kan ge både energi och lugn, beroende vad din kropp behöver.
3. Hjälper dig att känna dig utvilad och återställd.
4. Kan förbättra sömnkvaliteten.
5. Stärker immunförsvaret.

Källa: PukkaHerbs.com

Alla Pukkas produkter är ekologiska och certifierade med den banbrytande certifieringen Fair for Life som är den högsta standarden inom rättvis och etisk handel.



### PUKKA WHOLISTIC ASHWAGANDHA – NYHET

Stärker sinnet och hjälper nervsystemet att slappna av och får kroppen att känna lugn och balans i en hektisk vardag.

Rekommenderat pris är 303 kr/60 kps, tillgänglig i hälsofackhandeln.



### PUKKA RELAX TE

Ett te som hjälper dig att ta ett steg tillbaka, andas och varva ner. Rogivande blandning av kamomill, fänkålsfrön och kardemumma. Passar att dricka på kvällen eller när som helst under dagen då du vill koppla av.

Rekommenderat pris är 45 kr, tillgänglig i hälso- och dagligvaruhandeln.



### PUKKA NIGHT TIME KOSTTILLSKOTT

En lugnande ekologisk blandning av örter som ashwagandha och valeriana som hjälper dig att vila, koppla av, somna och vakna utvilad. Ta två kapslar en halvtimme innan läggdags så slipper du ligga och räkna får!

Rekommenderat pris är 99 kr/30 kps, 179 kr/60kps tillgänglig i hälsofackhandeln.



### PUKKA NIGHT TIME TE

Kombinationen av havregräsblomma, valeriana, lavendel och kamomill bäddar för en rofylld sömn. Verkar avslappnande, lättar på spänningar och är perfekt att njuta av en stund innan läggdags för dig som behöver komma ner i varv innan huvudet ligger på kudden.

Rekommenderat pris är 98 kr/30 kps, 179 kr/60kps tillgänglig i hälso- och dagligvaruhandeln.

För mer information, bilder och beställning av smakprover vänligen kontakta Pukkas PR-kontakt i Sverige:

Sofia Karstensson, tel: 0704 49 75 15, e-post: [pukka@biofood.se](mailto:pukka@biofood.se)

### OM PUKKA

Pukka skapar ekologiska teer och kosttillskott som är sprängfyllda med det absolut bästa naturen har att erbjuda för att locka fram glädje och hjälpa människor att leva ett hälsosamt och balanserat liv. Pukka betyder äkta och detta är kärnan i allt som företaget gör. Från ekologiska och rättvisemärkta örter till att Pukka ger 1 % av sin omsättning till att stödja miljöorganisationer.

PSST! Du vet väl att du kan följa Pukka på sociala medier - för inspiration, nyheter och uppdateringar:

Instagram: [@pukkasverige](https://www.instagram.com/pukkasverige) Facebook: "pukkasverige" Hemsida: [pukkaHerbs.se](http://pukkaHerbs.se)