



Kate Kolbe

Creative life & healthy concepts

www.kate-kolbe.de

**SEELENSTÄRKER -Tee-Rezeptur
nach Kate Kolbe**

**wärmend, nährend, umhüllend
zur Unterstützung der Entgiftung und
Aufbau von innerem Qi (= Lebensenergie)**

Der Tee kann auch schon abends in einer Thermoskanne aufgegossen werden und dann über den Vormittag verteilt lauwarm getrunken werden oder morgens frisch in einer Thermoskanne hergerichtet werden

- 1 Daumendickes Stück Bio-Ingwer vierteln (mit oder ohne Schale möglich); wer es gerne etwas schärfer mag, kann auch ein größeres Stück verwenden
- 2-3 Nelken
- 2 Kardamomkapseln
- halben Teelöffel Kurkuma-Pulver (gibt es auch von Sonnentor für Kurkuma-Latte) oder Stückchen Kurkuma oder etwas selbstgemachte Curcuma-Paste
- 1 Prise Zimt oder die Mischung von Aladins Kaffee-Gewürz von Sonnentor, da ist alles drin ☺
- 1-1,5 Liter heißes Wasser

Der lauwarme Tee stärkt das Qi von Magen, Leber und Milz, erwärmt von innen heraus den Körper und wirkt entgiftend

Zur weiteren Unterstützung z.B. beim Entgiftungsprozess:

Bitte geben Sie Ihrem Körper etwas Ruhe, vermeiden Sie Alkohol und fette, belastende Kost. Kaffee, Weizenmehl, Gluten (Backwaren/Nudeln) und Milchprodukte reduzieren oder weglassen. Raffinierter Zucker in jeglicher Form kann zusätzlich 1 Woche vermieden werden, dadurch bekommt ihr Körper schon viel Hilfe für den Entschlackungsprozess.

Basenbäder in Form von Fuß-oder Vollbad 1-2x die Woche. Hierbei ist es wichtig, dass ein hochwertiges mineralisches Basensalz-Bad-Pulver verwendet wird; z.B. REGULAFIT (500g)

Das Präparat können Sie über die Rosenapotheke beziehen. Frau Wehner oder Ihre Mitarbeiterinnen beraten Sie auch gerne in Bezug auf weitere geeignete Präparate.

Bitte beachten Sie, dass immer nur alleine gebadet werden sollte (besonders wichtig bei Babys/Kindern), da der Körper dabei entschlackt und entgiftet.

Alle Angaben ohne Gewähr; sie ersetzen keinen Arztbesuch

*Ich wünsche Dir dabei von Herzen viel Freude, Kreativität und
Leichtigkeit*

Deine K.K.A Kolbe