

Ressort: Gesundheit

## Das passt: Kneipp und Ingwer

Kneipp-Journal 11/2018

Hannover, 11.11.2018, 19:10 Uhr

**GDN** - Der Ingwer ist die Heilpflanze des Jahres 2018. In der November-Ausgabe des Kneipp-Journals wird der Ingwer ausführlich unter die Lupe genommen, dem Leser wichtige und reichlich Informationen an die Hand gegeben.

In der Herbst- und Winterzeit werden viele Menschen von Erkältungskrankheiten begleitet. Der Ingwer kann zur Linderung der Beschwerden eingesetzt werden. Er kann auch vorbeugend genutzt werden, damit die Erkältung überhaupt nicht durchdringen kann. Auch in der Schmerztherapie findet er Anwendung. Die Verantwortlichen des Kneipp-Journals geben ihren Lesern auch interessante Rezepte an die Hand. So werden leckere Orangen-Ingwer-Kekse und eine würzige Limonade vorgestellt.

Die rund 30 Seiten umfassende November-Ausgabe des Kneipp-Journals kümmert auch um Heilpilze und eine gesunde Ernährung. Es wird Schwarzwurzel-Möhren-Curry, Panko-Garnelen mit Ingwer-Orange-Dip und ein Tilapiafilet auf Ingwer-Kürbisgemüse den Lesern näher gebracht.

Die anderen drei Elemente neben Ernährung und Heilpflanzen kommen in der vorletzten Ausgabe des Jahres nicht zu kurz. Beispielsweise geht es um das Lebenselixier Bewegung und unter der Rubrik Lebensordnung kommt die Organuhr zum Einsatz. In diesem Artikel wird das Leben im Einklang mit unserem natürlichen Rhythmus vorgestellt. Neuigkeiten aus dem Kneipp-Bund runden das gelungene November-Heft ab.

### Bericht online:

<https://www.germindailynews.com/bericht-115140/das-passt-kneipp-und-ingwer.html>

### Redaktion und Verantwortlichkeit:

V.i.S.d.P. und gem. § 6 MDStV: Hartmut Butt

### Haftungsausschluss:

Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit oder Vollständigkeit der veröffentlichten Meldung, sondern stellt lediglich den Speicherplatz für die Bereitstellung und den Zugriff auf Inhalte Dritter zur Verfügung. Für den Inhalt der Meldung ist der allein jeweilige Autor verantwortlich. Hartmut Butt

### Editorial program service of General News Agency:

United Press Association, Inc.  
3651 Lindell Road, Suite D168  
Las Vegas, NV 89103, USA  
(702) 943.0321 Local  
(702) 943.0233 Facsimile  
[info@unitedpressassociation.org](mailto:info@unitedpressassociation.org)  
[info@gna24.com](mailto:info@gna24.com)

[www.gna24.com](http://www.gna24.com)