

Rezept:

Power Porridge

- 3 Esslöffel feine Haferflocken
- 150 ml Mandeldrink, gesüßt
- 150 g körniger Frischkäse
- 1 Teelöffel Zimt
- 1 Handvoll frische Beeren nach Wahl

Mischen Sie den Mandeldrink mit den Haferflocken und lassen Sie beides kurz in einem kleinen Topf aufkochen. Reduzieren Sie die Hitze und köcheln Sie die Mischung so lange, bis ein einheitlicher Brei entsteht. Geben Sie den Brei in eine Schale und mischen Sie ihn mit Zimt und Frischkäse. Mit frischen Beeren bestreuen – Fertig!

Das Power Porridge eignet sich hervorragend als Frühstücksmahlzeit und bietet Ihnen die nötige Energie für einen erfolgreichen Start in den Tag!

Tipp: Für das gewisse Extra ergänzen Sie Ihr Porridge um 2 Esslöffel gehackte Nüsse Ihrer Wahl.



Natürlich auch gluten-, lactosefrei und vegan als Globuli erhältlich:



glutenfrei



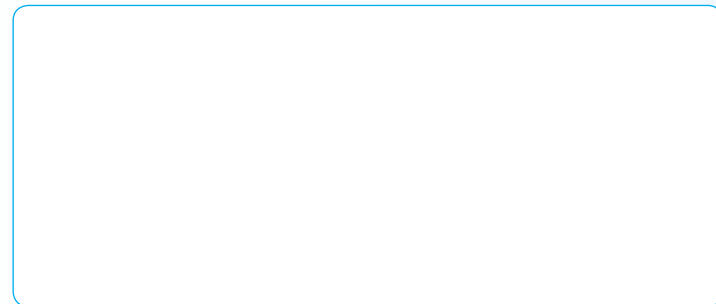
lactosefrei



vegan



DHU Schüßler-Salz Nr. 3[®] **Ferrum phosphoricum** D12, DHU Schüßler-Salz Nr. 5[®] **Kalium phosphoricum** D6, DHU Schüßler-Salz Nr. 7[®] **Magnesium phosphoricum** D12. **Anwendungsgebiete:** Registrierte homöopathische Arzneimittel, daher ohne Angabe einer therapeutischen Indikation. Enthalten Sucrose (Saccharose/Zucker). Packungsbeilage beachten! Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. **Deutsche Homöopathie-Union · Ottostraße 24 · 76227 Karlsruhe**



Nr. 3 Ferrum phosphoricum D12 200 Tabletten: PZN-2580510
Nr. 5 Kalium phosphoricum D6 200 Tabletten: PZN-2580585
Nr. 7 Magnesium phosphoricum D6 200 Tabletten: PZN-2580697

www.schuessler.dhu.de
oder besuchen Sie uns auf
www.facebook.com/dhuSchuesslerSalze



Der sanfte Weg
zur Gesundheit.



VITALITÄT FÄNGT IM KLEINEN AN.

DHU Schüßler-Salz Nr. 5
Kalium phosphoricum
ist das Mineralsalz der
Nerven und Psyche



Der sanfte Weg
zur Gesundheit.

0182/0417KRA/250.000

Mineralsalz Nr.5, das Salz der Nerven und Psyche

Nr. 5 Kalium phosphoricum, das Salz der Nerven und Psyche ist nach Dr. Schüßler* das bedeutendste Salz in der Zelle und ein wichtiger Faktor für die Bereitstellung von Energie.

*Dr. Wilhelm Schüßler (1821–1898) begründete in der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts die nach ihm benannte Mineralsalztherapie, die er selbst als „Biochemie“ bezeichnete.



Dosierung für Erwachsene und Jugendliche ab 12 Jahren:
Nehmen Sie 3-mal täglich 1 Tablette. Lassen Sie die Tablette eine halbe Stunde vor oder nach dem Essen in den Mund zergehen.

Tipp:
Gehen Sie täglich 10 bis 30 Minuten in die Natur. Genießen Sie die Natur ohne Gedanken an Arbeit, Konflikte oder Probleme.



Ferrum phosphoricum D3 [D6, D12] Biochemisches Funktionsmittel Nr. 3, **Kalium phosphoricum D3 [D6, D12]** Biochemisches Funktionsmittel Nr. 5, **Magnesium phosphoricum D3 [D6, D12]** Biochemisches Funktionsmittel Nr. 7. **Anwendungsgebiete:** Registrierte homöopathische Arzneimittel, daher ohne Angabe einer therapeutischen Indikation. Enthalten Lactose und Weizenstärke. Packungsbeilage beachten! Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.
Deutsche Homöopathie-Union · Ottostraße 24 · 76227 Karlsruhe

Sorgen Sie vor

Sie sind auf der Suche nach einer sanften und wirkungsvollen Therapie? Dann ist unsere DHU Schüßler-Salze Energie-Kur genau das Richtige für Sie. Die Therapie kommt mit einer überschaubaren Anzahl an Mitteln aus und ist einfach anzuwenden.

Energie-Kur – Mit natürlicher Kraft durch den Tag

Die Energie-Kur, mit den Mineralsalzen nach Dr. Schüßler Nr. 3, 5 und 7, unterstützt Sie dabei sich wieder vital und ausgeglichen zu fühlen. Alle drei Mineralsalze enthalten Phosphate, die in unserem Organismus eine bedeutende Rolle für die Energiesteuerung spielen.

Morgens



Mineralsalz Nr. 5
Kalium phosphoricum, Kalium gibt Körper, Geist und Seele Kraft.

Mittags



Mineralsalz Nr. 3
Ferrum phosphoricum, Ferrum unterstützt die Immunabwehr und sorgt für eine bessere Sauerstoffaufnahme.

Abends



Mineralsalz Nr. 7
Magnesium phosphoricum, Magnesium fördert den Schlaf und die Erholung über Nacht.

Dosierung für die Anwendung als Kur:
Jeweils 2 Tabletten einnehmen und im Mund zergehen lassen.

Power Porridge Frühstück

