



OLDENBURGER CENTRUM FÜR  
ALTERNATIV MEDIZIN  
CAM-OL

AKTUELL:

MIT ENERGIE UND KRAFT  
IN DEN FRÜHLING -  
CHINESISCHE KRAFTSUPPE





MÜDE UND SCHLAPP IN DEN FRÜHLING ?

ERLEBEN SIE DIESE WUNDERVOLLE JAHRESZEIT EINMAL ANDERS !

PROBIEREN SIE "KRAFTSUPPE" NACH ART DER CHINESISCHEN MEDIZIN:

1KG. CA.	<u>FRISCHES GANZES HUH</u> N (ZERKLEINERN), <u>ODER</u> RINDERBEINSCHNITTE MIT KNOCHEN
1-2	FRISCHE ZWIEBELN
2	KAROTTEN
1TL	SALZ
5-6	SCHEIBEN FRISCHEN INGWER
1-2	KNOBLAUCHZEHEN
1 PRISE	PFEFFER GEMAHLEN
4-5L	WASSER, KALT
	ALLE ZUTATEN AM BESTEN AUS BIOLOGISCHEM ANBAU

ALLES ZUSAMMEN IN EINEN TOPF (EMAILLE) GEBEN, AUFKOCHEN, SCHAUM NICHT ABSCHÖPFEN, 5-8 (FÜNF BIS ACHT!) STUNDEN AUF KLEINSTER STUFE KÖCHELN LASSEN, HEISS DURCH EIN SIEB GEBEN, BRÜHE ABSCHMECKEN (SALZ, PFEFFER (WENIG!), SOJA-SOSSE); ABKÜHLEN LASSEN

2 X TÄGLICH 1 SCHALE ERWÄRMTE (NICHT MIT DER MIKROWELLE) SUPPE TRINKEN, IMMER WIEDER IN DER SUPPE WECHSELNDES FRISCHES GEMÜSE KURZ KNACKIG GAREN UND MIT VERZEHREN.

SUPPE KÜHL STELLEN UND AB UND AN DIE GANZE SUPPE FÜR EINIGE MIN. AUFKOCHEN!

BEI AKUTEN ERKRANKUNGEN, SICH VERSTÄRKENDEN ODER NEU AUFTRETENDEN BESCHWERDEN DIE SUPPE ABSETZEN UND DEN RAT EINES HEILPRAKTIKERS ODER ARZTES FÜR TRADITIONELLE CHINESISCHE MEDIZIN EINHOLEN.

GUTEN APETIT - UND - GUT FÜHLEN IST EINFACH BESSER!

---

BLOHERFELDER STRASSE 141

26129 OLDENBURG

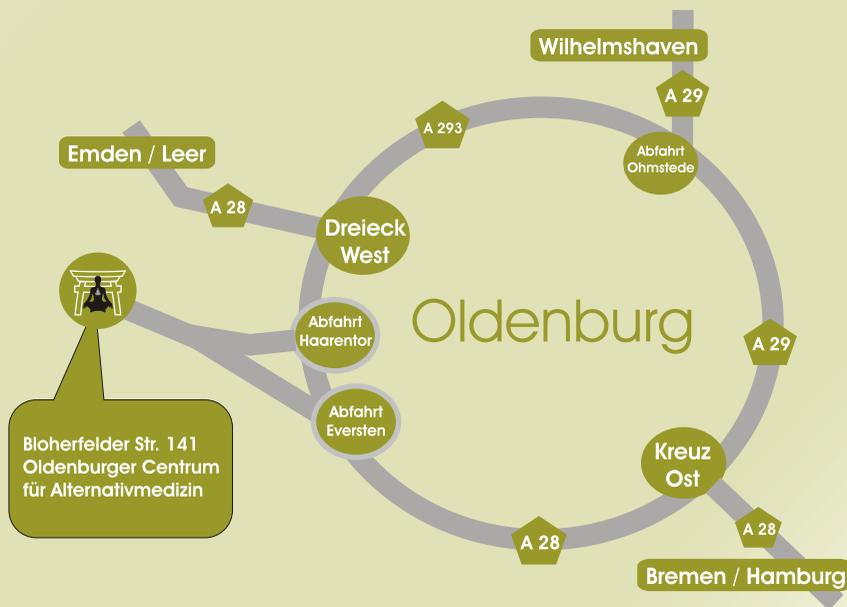
TEL. 0441 - 40 59 0979 - FAX 0441 - 40 59 0977

MAIL INFO@CAM-OL.DE - WEB WWW.CAM-OL.DE



## LEISTUNGSSPEKTRUM OLDENBURGER CENTRUM FÜR ALTERNATIVMEDIZIN

- TCM TRADITIONELLE CHINESISCHE MEDIZIN (AKUPUNKTUR, MOXA, SCHRÖPFEN, ARZNEIMITTEL THERAPIE)
- JIN SHIN JYUTSU
- PSYCHOTHERAPIE
- SHIATSU
- KUNSTTHERAPIE
- BIOENERGETISCHE ANALYSE
- HYPNOSE
- ALLGEMEINE NATURHEILVERFAHREN
- FENG SHUI BERATUNG
- LABORDIAGNOSTIK
- ENERGETISCHE HEILVERFAHREN
- QI GONG, MEDITATION
- YOGA, AYURVEDA
- CHINESISCHE & AYURVEDISCHE ERNÄHRUNGSLEHRE



BLOHERFELDER STRASSE 141

26129 OLDENBURG

TEL. 0441 - 40 59 0979 - FAX 0441 - 40 59 0977

MAIL [INFO@CAM-OL.DE](mailto:INFO@CAM-OL.DE) - WEB [WWW.CAM-OL.DE](http://WWW.CAM-OL.DE)