

Fit für die Schule – Trink Dich schlau mit Rooibos

09.08.2012, 08:19 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *Rooibos Servicebüro Deutschland*
Presseagentur: *PM Kommunikation*



Trink Dich schlau mit Rooibos

Baden-Baden, August 2012

In vielen Bundesländern neigen sich die Ferien bereits dem Ende zu und in den Kinderzimmern stehen die neuen Schulranzen schon bereit. Auch eine Trinkflasche darf hier nicht fehlen, denn ausreichendes Trinken sorgt nachweislich für mehr Konzentration und Aufmerksamkeit im Schulalltag. Ideale Begleiter an langen Schultagen sind selbstgemixte Teegetränke aus südafrikanischem Rooibos. Sie löschen den Durst und sorgen für fruchtige Abwechslung in der Flasche. Die kalorienarmen und bunten Getränkideen sind zudem auch richtig gesund. Rooibos-Tee enthält kein Koffein aber eine Vielzahl von Mineralstoffen und Spurenelementen, wie Kalzium, Natrium und Magnesium. Der trendige Tee besitzt zudem eine feine karamellartige Note, was ihn gerade bei Kindern sehr beliebt macht. Aufgrund seiner natürlichen Süße kann auf den Zusatz von Zucker oder Honig weitgehend verzichtet werden. Selbstgemixte Rooibos-Getränke sind somit nicht nur gut für die Zähne sondern auch eine kalorienarme Alternative zu fertigen Produkten.

Regelmäßiges Trinken bringt neuen Schwung. Ob in der Pause oder während des Unterrichts, ausreichendes Trinken fördert Studien zufolge Konzentration und Aufmerksamkeit im Schulalltag. Kinder im Alter von 6 bis 13 Jahren sollten demnach täglich 1 Liter Flüssigkeit zu sich nehmen, gleichmäßig über den Tag verteilt und in kleineren Mengen.

Ideale Begleiter für einen langen Schultag sind selbstgemachte Teegetränke aus südafrikanischem Rooibos. Ob rot oder grün, der trendige Tee ist koffeinfrei und gerbstoffarm und wird daher als gesunder Durstlöcher für alle Altersstufen empfohlen. Zudem enthält Rooibos eine Reihe von Mineralstoffen und Spurenelementen, die die durch Schwitzen und Bewegung beanspruchten Speicher an Magnesium, Kalzium oder auch Natrium wieder auffüllen.

Rooibos besitzt eine natürliche Süße und einen an Vanille und Karamell erinnernden Geschmack. Dies macht ihn gerade bei Kindern so beliebt. Die selbstgemixten Limonaden, prickelnden Eistees oder samtigen Smoothies machen gute Laune und sind aufgrund des geringen Zuckergehalts nicht nur gesund für die Zähne, sondern auch figurfreundlich. Die Zubereitung der leckeren Teeideen mit dem aus Südafrika stammenden Rooibos ist kinderleicht und der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt: je nach Geschmack mal würzig oder mal fruchtig, mal mit Fruchtsaft, mal mit Fruchtmus oder

Kräutern. Die gesunden Durstlöscher sollten bereits am Vortag zubereitet werden. Über Nacht im Kühlschrank aufbewahrt versprechen sie eine fruchtige Erfrischung für den kommenden Schultag.

Rezeptdownload: www.pm-kommunikation.de/index.php?id=81

Weitere Informationen zum Thema ROOIBOS finden Sie unter:

South African Rooibos Council: www.sarooibos.org.za

Rooibos for Life: www.rooibosforlife.com (bitte als Bildnachweis angeben)

Für Recherchen stehen wir Ihnen auch gern persönlich beratend zur Verfügung. Zudem stellen wir Ihnen bei Bedarf gerne kostenfreies Bildmaterial in einer höheren Auflösung zur Verfügung.

Über die Zusendung eines Belegexemplars freuen wir uns.

Portrait

Die Agentur PM Kommunikation hat sich spezialisiert auf die Themenbereiche Genuss und Lebensart. Schwerpunkte sind dabei Südafrika, Wein, Rooibos und alkoholfreie Getränke. Die klassische PR-Arbeit wird erweitert durch die Leitung zweier Servicebüros wie bspw. die Südafrika Weininformation bzw. das Rooibos Servicebüro.

News-ID: 654469 • Views: 1136 (Stand: 01.08.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/654469/Fit-fuer-die-Schule-Trink-Dich-schlau-mit-Rooibos.html>