Titel: Fasten: 5 Tipps vom Ernährungsmediziner

Text-/Moderationsvorschlag:

Am Aschermittwoch beginnt traditionell die Fastenzeit. Viele Menschen entscheiden sich bewusst für den Verzicht, nicht nur aus religiösen Gründen. Einige möchten überschüssige Pfunde loswerden, andere ihren Körper reinigen oder Selbstdisziplin üben. Dr. Thomas Kuhn vom Diakonie-Klinikum Stuttgart teilt 5 praktische Tipps, um die Fastenzeit erfolgreich zu meistern.

Filmlänge: 2:54 Minuten Autor: Claudio Murmann / Achim Schmidt

Kamera & Technik: Kamera: Daniel Oberbillig / Schnitt: Achim Schmidt

Region: Deutschland

O-Töne:

Dr. Thomas Kuhn

- Ernährungsmediziner, Diakonie-Klinikum Stuttgart

Infos:

Mit Material von Artlist.io

Der Beitrag ist produziert von der Evangelisches Medienhaus GmbH in Stuttgart. Das Evangelisches Medienhaus hat den Auftrag, Öffentlichkeit für kirchen- relevante Themen herzustellen. Die evangelische Landeskirche hat dabei keinen Einfluss auf die Produktion. Unsere Redaktion aus unabhängigen

Journalisten entscheidet selbständig, welche Themen aufgegriffen werden und in welcher Form sie umgesetzt werden.

Kontakt:

Achim Schmidt
Evangelisches Medienhaus GmbH
Augustenstraße 124 | 70197 Stuttgart | Telefon: 07112227687
achim.schmidt@evmedienhaus.de

+++ Das Material ist frei zur redaktionellen Verwendung, kann bearbeitet und verändert werden. Die Nutzung ist kostenlos +++