

Mi, 20. Januar 2021



# Was ist denn nun mit Tee?

SAM EMPFIEHLT GELASSENHEIT IN FLÜSSIGER FORM

NOR. Was viele Menschen durch Praktiken wie Yoga oder Meditation, andere durch Einnahme verschiedener Substanzen zu erreichen versuchen, kann auch auf günstige, schmackhafte und effektive Weise erreicht werden: Tee trinken bewirkt Gelassenheit, wie eine unabhängige Studie der Norder Einrichtung SaM bestätigte. Viele Menschen klagen derzeit nicht nur über coronabedingte Zukunftssorgen, sondern auch über Unruhe und Unterbeschäftigung im privaten sowie beruflichen Bereich. "Sie wissen nicht mehr, wohin sie noch spazieren sollen", fasst eine Sprecherin der SaM eines der drängenden Probleme zusammen. Dass Teetrinken eine gute Alternative zu jeder Beschäftigung sein kann, ist in Ostfriesland ohnehin seit Jahrhunderten bekannt.

(kaw)