Neues vom Verein

Juli/August 2022

Liebe Mitglieder,

Der Sommer ist da! Schon vor dem astronomischen Sommeranfang am 21. Juni hatten wir ein Wochenende mit hochsommerlichen Temperaturen. Daher folgt auch gleich die erste Empfehlung: Trinken Sie bei hohen Temperaturen ausreichend Flüssigkeit: Wasser –möglichst ohne Kohlensäure -, Tee, verdünnte Frucht- und Gemüsesäfte. Unverdünnt gelten die letzten als Nahrungsmittel und müssen für die Verdauung im Dünndarm noch verdünnt werden, was wiederum Körperflüssigkeit bindet.

Bitte beachten Sie

Donnerstag, 14. Juli Mitgliederversammlung um 18:00 Uhr

In der Vereinsgaststätte Kanu- und Segelgilde, Lönsbruch 3, 31141 Hildesheim

Die Einladung mit der Tagesordnung für die Mitgliederversammlung wurde mit dem vorherigen Vereinsbrief bereits allen zugesandt.
Wir bitten um zahlreiches Erscheinen. Es wird auch ein kleiner Imbiss als Abendessen gereicht.

Die Vereinsabende finden weiterhin in der

Vereinsgaststätte Kanu- und Segelgilde, Lönsbruch 3, 31141 Hildesheim
Beginn: jeweils um 19 Uhr bis ca. 21 Uhr
Unter Vorbehalt: bitte schauen sie auch in unsere Homepage: www.biochemie-hildesheim.de

Donnerstag, 11. August Vereinsabend mit Vortrag zum Thema:

Heilstollen Nordenau – Energie und Kraft aus dem Schieferstollen
In den unberührten Höhen des Sauerlandes in einem alten Schieferstollen tritt eine ganz besondere Quelle hervor. Das „Reduzierte Wasser“ dieser einzigartigen Quelle besticht durch seine ausgewogenen Mineralien und seine Reinheit. Es gibt weltweit nur drei Quellen dieser Art und über Phänomene des Wasser ist allerhand Spannendes zu erzählen

Referentin: Waltraud Simon-Köhler, Heilpraktikerin für Psychotherapie und Fachzahntechnikerin für Kieferorthopädie aus Hildesheim-Sorsum

SchüßlerTipp bei Sonnenbrand

Die Nr. 3 – Ferrum phosphoricum – und die Nr. 8 – Natrium chloratum – können bei Sonnenbrand als erste Hilfe genommen werden tränenden Augen, wie auch bei trockenen Augen. Täglich 12 bis 20 Stück von der Sorte über den Tag verteilt im Mund zergehen lassen oder im Wasser auflösen und dann schluckweise über den Tag verteilt trinken.

Ein kurzer Überblick über weitere Aktivitäten. Bitte informieren Sie sich bei den Anbietern, ob und wann diese stattfinden werden.

Gymnastik für jedes Alter Leiterin Bärbel Fischer Tel. 8 25 40
Helmel-Übungen dienstags um 16 Uhr in der kleinen Turnhalle Samelsonplatz auf der Marienburger Höhe mit Brigitte Tast Tel. 05123/4330;
Sehtraining, stressfreies Sehen am Arbeitsplatz u.a. mit Bernd Hollstein Tel. 05181/ 23576
Beckenbodengymnastik: Leiterin Vera Tartsch Handy: 0178-933 9314 oder T. 12139

Liebe Grüße und vor allem *„Seien sie achtsam und bleiben Sie gesund“*

Im Namen des Vorstandes *Bernd Hollstein*

Herausgeber: Biochemischer Gesundheitsverein Hildesheim e.V.

1. Vorsitzende	2. Vorsitzende	Schatzmeister	Schatzmeister-Vertreter
HP Helga Scholz	Waltraud Simon-Köhler	Bernd Hollstein	Martin Reimann
Achtumer Lindenkamp 8	Hinter dem Dorfe 45	Tel. 05181 -23576	Tel. 05121-62300
31135 Hildesheim	31139 Hildesheim	bhollstein@t-online.de	m.b.reimann@t-online.de
Tel. 05121-102795	Tel. 05121-62572		
helga.scholz@gmx.com	waltraud.simon@icloud.com		

Jahresmitgliedsbeitrag: 25 € IBAN: DE 40 259 501 30 0000 000 165