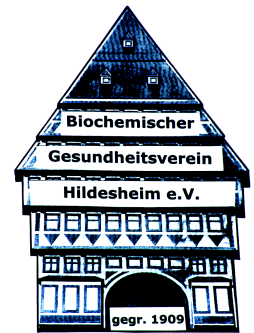


Neues vom Verein

Juli/August 2024



Liebe Mitglieder,

der Sommer ist da - und damit auch die Sommerpause für unsere monatlichen Vereinsabende.

Am 10. August 2024 findet dann unsere Busfahrt nach Detmold statt. Hier folgt das Programm:

- 07:30** **Abfahrt in Hildesheim, Treffpunkt beim Café del Sol**
wie in den Vorjahren
- 10:15** **Führung im LWL Freilichtmuseum Detmold**
Die Anlage ist barrierefrei. Die Führung dauert
ca. 90 Minuten
- 12:15** **Mittagessen im Restaurant „Zum weißen Ross“ auf**
dem Museumsgelände
Es gibt vom Buffet zarte hausgemachte Frikadellen mit
Kartoffelstampf, vegetarische Serviettenknödel mit
Rahmgemüse der Saison & frischen Kräutern, dazu kleine
Blattsalat Variation mit Dressing, Bauernbrot und Mineral-
wasser auf den Tischen. Andere Getränke müssen individuell
bestellt und bezahlt werden.
- 13:45** **individuelle Freizeit bis zum Kaffeetrinken**
- 15:30** **Kaffee und Kuchen vom Buffet im Restaurant „Zum**
weißen Ross“
- 17:00** **Rückfahrt nach Hildesheim**
- 19:00** **Um diese Zeit sind wir ungefähr wieder in**
Hildesheim zurück

Teilnahmegebühr: 60,00 Euro inkl. Busfahrt, Führung, Mittagessen und Kaffee trinken für Vereinsmitglieder
65,00 Euro inkl. Busfahrt, Führung, Mittagessen und Kaffee trinken für Nicht-Mitglieder

Bitte überweisen Sie die Teilnahmegebühr bis zum 30.6.2023 mit dem Verwendungszweck „Tagesfahrt Detmold und NAME“ auf unser Vereinskonto IBAN DE40 2595 0130 0000 0001 65

Schüßler-Tipp **bei feuchter Wärme und Schwüle**

Nr. 6 Kalium sulfuricum 7 Stück
Nr. 8 Natrium chloratum 7 Stück

bei trockener Hitze im Sommer

Nr. 3 Ferrum phosphoricum 12 Stück
Nr. 8 Natrium chloratum 12 Stück

aus Biochemie nach Dr. Schüßler von Müller-Frahling/Kasperzik

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

[Gymnastik für jedes Alter](#) dienstags um 17 Uhr in der kleinen Turnhalle Samelsonplatz auf der Marienburger Höhe unter der Leitung von 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

Wichtige Informationen

Der Biochemische Bund Deutschland e. V. bietet unter **bio-verein.de** aktuell ZOOM Online-Vorträge an. Diese Vorträge sind interessant und lehrreich.

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
Bernd Hollstein
Winzenburger Str. 12
31061 Alfeld
Tel. 05181 -23576
bhollstein@t-online.de

2. Vorsitzende
Waltraud Simon-Köhler
Hinter dem Dorfe 45
31139 Hildesheim
Tel. 05121-62572
waltraud.simon@icloud.com

Schatzmeister
nicht besetzt

Schatzmeister-Vertreter
Martin Reimann
Tel. 05121-62300
m.b.reimann@t-online.de

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