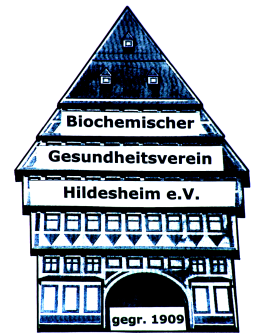


Neues vom Verein

Januar / Februar 2025



Liebe Mitglieder,

vom Vorstand wünschen wir allen für das Jahr 2025 alles Gute und viel Gesundheit. Um diese zu fördern, können wir auf Schüßler-Salze zurückgreifen. An unseren monatlichen Treffen bieten wir auch in 2025 neben den Vorträgen zu den Schüßler-Salzen noch weitere Themen an, die Möglichkeiten aufzeigen, unsere Gesundheit zu fördern und zu erhalten

Samstag, 11. Januar um 15:00 Uhr mit Vortrag zum Thema:

Das Jahr mit einem ausgeglichenen Säure-Basen-Haushalt starten

Wie Schüßler Salze unseren Körper dabei unterstützen können.

Referentin: Heike Bruns, Heilpraktikerin aus Schellerten-Ottbergen

Veranstaltungsort: Kanu- und Segelgilde, Lönsbruch 3, 31141 Hildesheim

Samstag, 8. Februar um 15:00 Uhr

Alte Heilmittel aus der Küche bei Erkältungskrankheiten

Auflagen, Wickel und mehr

Referentin: Petra Siegert, zertifizierte Heilpflanzenexpertin und staatl. geprüfte Hauswirtschafterin aus Alfeld

Veranstaltungsort: Kanu- und Segelgilde, Lönsbruch 3, 31141 Hildesheim

Anliegend senden wir die Einladung zur Mitgliederversammlung am 15. März 2025 mit der Tagesordnung.

Weitere Termine 2025 – Änderungen vorbehalten

10. April 19:00 Uhr Monatstreffen

8. Mai 19:00 Uhr Monatstreffen

12. Juni	19:00 Uhr	Monatstreffen
9. August	08:00 Uhr	Busfahrt – das Ziel wird noch bekannt gegeben
11- September	19:00 Uhr	Monatstreffen
11. Oktober	15:00 Uhr	Monatstreffen
8. November	15:00 Uhr	Monatstreffen
13. Dezember	15:00 Uhr	Weihnachtsfeier

SchüßlerTipp

Bei einer Bronchitis mit Verschleimung können die folgende Schüßler-Salze uns helfen, mit dieser besser zurecht zu kommen:

Nr. 3	Ferrum phosphoricum	12 Stück pro Tag
Nr. 4	Kalium chloratum	20 Stück pro Tag
Nr. 6	Kalium sulfuricum	7 Stück pro Tag
Nr. 8	Natrium chloratum	12 Stück pro Tag
Nr. 10	Natrium sulfuricum	12 Stück pro Tag
Nr. 12	Calcium sulfuricum	7 Stück pro Tag

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

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

Wichtige Information

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