

Die Mitgliederinformation des Kneipp - Vereins Mölln

Ausgabe August 2017

Liebe Mitglieder, liebe Freunde des Kneipp-Vereins Mölln,

gut erholt melden wir uns nach der Sommerpause zurück und starten in die letzte Jahreshälfte.

Unser Kursangebot ab September entnehmen Sie bitte der Anlage und achten Sie auch auf die Veröffentlichungen in der Tagespresse.

Unsere romantische „Kreuzfahrt“ startete am 5. Juli. Petrus hatte ein Einsehen und schenkte uns einen herrlichen, lauen Abend. Bei köstlichem Essen und manchem guten Tropfen schipperten wir durch den Elbe-Lübeck-Kanal und die wildromantischen Seen rund um Güster.

Wir konnten Renate Frank wieder für einen Vortrag gewinnen. Sie spricht über:

Erhöhte Blutfettwerte: So schützen Sie Ihre Gefäße.

Das ist sicherlich ein Thema, das viele interessiert und so hoffen wir auf eine rege Beteiligung. Zeit und Ort finden Sie in der Anlage.

Unser Vorstandsmitglied Anne Groth lässt uns an Ihrem Wissen über die heimischen Kräuter teilhaben und hat sich bereit erklärt, uns jeweils in diesem Rundbrief einige interessante Tipps zu geben:

Kräutertipp:

Dass Giersch viele gesunde Inhaltsstoffe hat, ist bekannt. Um diese zu nutzen, können wir nicht nur die jungen Blätter im Frühjahr verwenden, sondern bis in den Herbst ältere Blätter trocknen und dann im Mixer mahlen. So haben wir den ganzen Winter über ein wohlschmeckendes und gesundes Gewürz für Suppen, Soßen oder Quark. Bleibt schön gesund!

Bleiben Sie aktiv und gesund!

Mit freundlichen Grüßen

Anke Schütt • Ida Mußmann • Anne Groth