

Protokoll der Arbeitsgruppen des open space „Naturismus und Gesundheit“ vom 23. 07.2006

**Arbeitsgruppenthema:**

Fastenwoche

**Einberufen hat:**

Anita

**Teilgenommen haben:**

Ananda E., Catherine, Christiane, Elisabeth, Gisela, Mike, Paul, Tina, Verena, Walter

**1. Ausgangslage, Problemstellung:**

Darmreinigung(en), z.B. Zitronenkur, Salzwasser

**2. Erkenntnisse, Handlungsbedarf:**

Viele Fastenarten habe Platz!

**3. Lösungen / Ergebnisse / Strategien:**

Fastenwoche

**4. Bedeutsame Fragen, die offen geblieben sind:**

Fasten ohne Abnehmen

**Weiteres Vorgehen – und wer ist mit dabei?**

Wir fasten im Sommer 2007 – 7 Tage. Gemeinsames Fastenbrechen in Thielle!

- Viele Arten von Fasten sollen möglich sein, jedes wählt selber und übernimmt die Verantwortung für sich selber
- Mit Säften, Wasser
- Nach Dr. Mayer
- Nach Buchinger
- Mit Vollkornreis
- Soll von Arzt begleitet werden

Es hat auch Yoga-Musik-Bewegung Platz.

InteressentInnen bitte ich, sich bis Ende August zu melden beim Kinderspielplatz oder bei

Anita Sigrist

Dorfstrasse 20

8608 Bubikon

Tel mit Beantworter: 055/ 243 10 69, damit ich jedem Unterlagen schicken kann.

Bitte weitersagen.