

# Fastenkurs für Gehörlose und Schwerhörige in Hörstel

Vom 16.06. bis 29.06.2007

Der Kurs findet in Hörstel (Nähe Osnabrück) im Haus des katholischen Samariterwerks statt.

Fasten heißt, nichts zu Essen, man trinkt Wasser, Tees, Gemüsebrühe und Säfte.

Fasten hilft den Körper zu Reinigen (Entschlackung), unterstützt das Abnehmen auf gesunde Weise, steigert das Wohlbefinden.

Es gibt jeden Tag Vorträge oder Gesprächsrunden über das Fasten, Ernährung und andere Themen, sowie Bewegungsangebote wie Yoga.

Die Begleitung durch die Kursleitung erfolgt in Gebärdensprache.  
(Je nach Wunsch der Kursteilnehmer in DGS oder LBG.)

Eine Woche Fastenkurs kostet etwa 500 Euro. Man kann eine oder zwei Wochen teilnehmen.

Bei näherem Interesse schreiben Sie mir!

[grytlimattke@hansenet.de](mailto:grytlimattke@hansenet.de)

oder SMS unter 0178/5215659

Nähere Informationen über das Haus und den Tagesablauf während des Kurses finden Sie unter:

[www.samariter-fasten.de/](http://www.samariter-fasten.de/)