

**Praxis Dr. med. Siegbert Kling**

**Allgemeinmedizin/Naturheilverfahren**

Krugzeller Str. 1 , 87463 Dietmannsried, Tel. (0 83 74) 13 14, Fax (0 83 74) 9 36 35  
www.dr-med-kling.de

# *Fasten mitmachen*

Fasten ist in unserem Kulturkreis 2 mal im Jahr angeboten: die vier Wochen im Advent und die sechs Wochen der Fastenzeit.

Eine Zeit um körperlich und seelisch - geistig wieder in Form zu kommen.

Fasten Sie in Bezug auf Abendessen

- Fleisch- und Wurstprodukte
- Hartkäse
- Süßes in Getränken, Naschereien und zuckerhaltigen Speisen
- Kritik, außer zu festgesetzter Zeiten  
(Betriebsbesprechungen, in der Familie abends)
- Kritik, die niedermacht