



T h e r e s i a h o f b l ä t t l i K W 4 0

Liebe Leserinnen  
und liebe Leser



Am vergangenen Wochenende waren fast alle Theresianer sehr beschäftigt für den Enkendorfmarkt in Wehr. Und da meine Liebste in dieser Woche Urlaub hat, nahm ich mir spontan ein paar Tage frei, um mich gemeinsam mit ihr zu erholen. Auf unserem Programm stand das Wellness an oberster Stelle. Von meiner lieben Schwester bekam ich dafür ein paar interessante Tipps. Und so bot sich mir die Gelegenheit, für Sie ein paar nette Zeilen zu schreiben.

\*\*\*\*\*

1  
Kontakt:

Peter:

Tel.: 07762 – 512 32  
Fax.: 07762 – 512 31  
Mobil: 0175 – 16 65 668  
E-Mail: peter@theresiahof.de

Manuela:

Tel.: 07762 – 535 70 60  
Mobil: 0174 – 212 22 58  
E-Mail: manuela@theresiahof.de



*T h e r e s i a h o f b l ä t t l i   K W 4 0*



\*

*Wussten Sie, dass Kokosöl nicht nur in der Küche, sondern auch als Körperpflege, eine vielseitige Verwendung findet? Dass dieses wertvolle Öl die Symptome von Alzheimer lindern kann, ist längst kein Geheimnis mehr. Auch für die Reduktion vom Körpergewicht und senkende Cholesterinwerte kann es verwendet werden. Dass es streichelzarte Haut schenkt, wenn man es äußerlich anwendet, kann ich bestätigen und wärmstens empfehlen. Denn man spart sich das Eincremen nach*

\*\*\*\*\*

2  
Kontakt:

Peter:

**Tel.:** 07762 – 512 32  
**Fax.:** 07762 – 512 31  
**Mobil:** 0175 – 16 65 668  
**E-Mail:** peter@theresiahof.de

Manuela:

**Tel.:** 07762 – 535 70 60  
**Mobil:** 0174 – 212 22 58  
**E-Mail:** manuela@theresiahof.de



## T h e r e s i a h o f b l ä t t l i K W 4 0

dem Duschbad. Das Ergebnis spricht für sich, denn meine Haut ist entschlackt und straff. Das Kokosöl wirkt stärkend und sogar ein bisschen antibakteriell, wie ich gelesen habe. Und weil ein Peeling wunderbar dafür geeignet ist, sich seine alten und abgestorbenen Hautzellen ab zurubbeln, mische ich einen gehäuften Teelöffel Kokosöl mit dem Kaffeesatz von einem gebrauchten Kaffee-Pad. Von dem herrlichen Duft der Kompetenten möchte ich erst gar nicht anfangen. Auch für Kopfhaut und Haar ist das im Kokosöl enthaltene mittelkettige Triglyzeriden (MCT) wohltuend, das dafür sorgt, dass dort die brauchbaren Nährstoffe auch ankommen. Dafür massiere ich es vor der Haarwäsche in einer dünnen Schicht in meine Haare und lasse es einige Minuten einwirken. Soll wohl auch effektiv bei Schuppen sein. Auch für den Heilungsprozess bei Schnittwunden kann es dünn aufgetragen werden. Was dafür sorgen kann, dass sich keine unschönen Narben bilden. Wer, wie ich, experimentierfreudig ist, darf sich gerne an einen Selbsttest wagen. Die Zutaten für ein hausgemachtes Kokosöl-Deo habe ich hier für Sie aufgelistet:

- natives Kokosöl
- Natron (Natriumhydrocarbonat)
- Maisstärke
- ätherisches Öl nach Wunsch (Teebaum zum Beispiel wirkt zusätzlich antiseptisch, antibakteriell und auch gegen Pilze)

\* Das Rezept verrate ich Ihnen in der nächsten Ausgabe. \*

\*

Apropos, da war ja noch was... Der Zwetschgen-Likör. Haben Sie sich schon gewagt, ihn zu probieren? Ich habe mal daran geschnuffelt und beschlossen, dass ich die Zwetschgen und den Zimt noch ein wenig im Rum baden lassen werde. Leider habe ich bisher nur ein großes Einmachglas, sonst würde ich einen anderen Geschmack noch versuchen. Im Garten Eden auf dem Theresiahof stehen einige Haselnusssträucher. Und meine Liebste hat sich neulich die Mühe gemacht, einen

\*\*\*\*\*

3

### Kontakt:

Peter:

Tel.: 07762 – 512 32  
Fax.: 07762 – 512 31  
Mobil: 0175 – 16 65 668  
E-Mail: peter@theresiahof.de

Manuela:

Tel.: 07762 – 535 70 60  
Mobil: 0174 – 212 22 58  
E-Mail: manuela@theresiahof.de



## T h e r e s i a h o f b l ä t t l i   K W 4 0

großen Sack voller Haselnüsse aufzusammeln. Da kommen Nougat-Liebhaber, wie ich es einer bin, voll auf den Geschmack. Wann und wie ich paradiesischen Haselnuss-Likör ansetze, werde ich Sie auf dem Laufenden halten.

\*

Abschließend möchte ich an das näher rückende Fest der Liebe erinnern. Wir bieten, wie jedes Jahr, wieder begrenzt Puten an. Und wie jedes Jahr möchte ich Ihnen rechtzeitig mitteilen, dass Vorbestellungen schon jetzt entgegengenommen werden können. Auch für andere Fragen rund um das Weihnachtsfestessen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Herzliche Grüße vom

# T h e r e s i a h o f

*Manuela*



\*\*\*\*\*

4

Kontakt:

Peter:

**Tel.:** 07762 – 512 32  
**Fax.:** 07762 – 512 31  
**Mobil:** 0175 – 16 65 668  
**E-Mail:** peter@theresiahof.de

Manuela:

**Tel.:** 07762 – 535 70 60  
**Mobil:** 0174 – 212 22 58  
**E-Mail:** manuela@theresiahof.de