

Beispiel Sachlich

Guten Abend...

Heute ist schon wieder so ein sonniger Tag und ich sitze wieder draußen auf der Terrasse und schreibe diese E-Mail.

Den Rasen habe ich heute auch gemäht. Bin endlich am späten Nachmittag, zur Freude meiner Frau, dazu gekommen.



Der Rasen hatte es nötig :-)

Gestern stellte ich ja die Frage nach dem Vitamin D und welche Dosis Ihr am Tag, in der Woche, oder im Monat zu Euch nehmt. Die Antworten könnten unterschiedlicher nicht sein. Einige von Euch nehmen meiner Meinung nach viel zu wenig, andere wiederum wissen bestens Bescheid

und supplementieren in ausreichenden Mengen. Es gibt aber auch Stimmen, die meinen, es sei mit dem Vitamin D überbewertet.

Da schrieb I Iona aus Berlin:

„Im Laufe des letzten Winters bin ich schon auf Vitamin D3 gekommen, und ich nehme 10.Tausend i.E. zu mir, aber nix hat sich geändert. Nun renne ich nicht zum Arzt und lasse immer messen, sondern ich beobachte

meine Konstitution: Übergewicht, Müdigkeit, Häufigkeit der Erkältungen, Muskelkrämpfe des Nachts, Hexenschuss wiederholt an einer

Stelle über dem rechten Beckenkamm, Lustlosigkeit, Antriebslosigkeit..."

Andrea aus Waren an der Müritz meint:

„Ich habe in der letzten Zeit hier und da vom Vitamin D gelesen. Habe Tabletten gekauft, 1 Tausend IE und nehme seit einer Woche täglich eine davon zu mir. Bin mir nicht sicher was besser ist, Tabletten oder Tropfen. Hoffe in dem Beitrag in ein paar Tagen mehr Informationen zu bekommen.“

Wie ihr seht gibt es unterschiedliche Meinungen in Sachen Vitamin D.

Seit heute Mittag ist es fast amtlich! Es wird ein neuer Experte dazu kommen! Wer es ist wird noch nicht verraten, ich habe sein Bild auf der Kongressseite geschwärzt.

Wie gesagt es ist noch nicht hundertprozentig sicher, aber wenn wir terminlich zusammenkommen dürfte es kein Problem sein.

Liebe Grüße