

Verehrtes Hohes Haus !

Ich bin nun im 88igsten Lebensjahr. Mir ist auch in diesem hohen Alter ein würdiges gesundes Leben geschenkt und ich genieße es. Sparsame gesunde Ernährung helfen dazu, keine sg. Genußmittel, die der Gesundheit abträglich sind (Koffein, Alkohol, Nikotin und andere Drogen), viel Bewegung in frischer Luft, kein länger währender Spitzensport, aber noch im hohen Alter Sport, geistige Tätigkeit, Lesen, Schreiben, Malen, Musizieren, Reisen, aktiv tätig sein. Wir helfen ja im Seniorenbund dazu ! Seit über 50 Jahren bin ich Vorturnerin und gebe Anregungen für ein gesundes Leben. Jeder soll leben so lange es von Gott gewollt ist und keiner sein Leben kürzen. Es können immer noch schöne lebenswerte Momente kommen, aber wir müssen unseren Mitmenschen zu den würdevollen erhebenden Augenblicken auch verhelfen. Es wäre schlimm ein Leben abzukürzen. Wer soll denn diese große Verantwortung übernehmen ?

Danke, dass ich meine Meinung äußern durfte. Eure Edith Frimmel

*Eingelangt am 17.08.2014*