

AUGUST 2013

SONNMATT  
BERGPENSION & GESUNDHEITZENTRUM

# NEWSLETTER



75 JAHRE



IDA MORF



FISCHER SENIOR



FISCHER JUNIOR



ERHOLUNG



SCHÖNHEIT

## TAG DER OFFENEN TÜR (11.8.2013)

Zum Tag der offenen Tür anlässlich unseres 75 Jahr Jubiläums laden wir Sie herzlich ein. An diesem Sonntag um 10 - 16 Uhr gibt es viel zu erleben auf der Sonnmatt.

Was erwartet Sie:

- Vegetarisch oder vegane vollwertige Köstlichkeiten
- Kochvorführung
- Stuhlmassage
- Sonnmatt-Tour
- Präsentation über Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft
- Lavendelmassageöl Herstellung
- Wechselfussbad

... und vieles mehr.

Wir freuen uns Sie am Tag der offenen Tür auf der Sonnmatt begrüßen zu dürfen!

## ECHT TOP

Momentan fühle ich mich RUND-UM-WOHL und das nach nur 12 Tagen auf der Sonnmatt!

Ich kann das nur 100 prozentig bestätigen. In 12 Tagen habe ich eine bessere Gesundheit erhalten. Ich habe 2.3 kg abgenommen und die Cholesterinwerte haben sich markant verbessert.

Eine grosse Schatzkiste voll mit bestem und sehr wertvollem Inhalt nehme ich mit nach Hause. Erkenntnisse, Informationen, Tips und Erfahrungen sind darin aufbewahrt.

Das wichtigste für mich ist, die Waage in allen Bereichen im Gleichgewicht zu halten. Ich bin davon überzeugt, dass die 12 Gesundheitsprinzipien NEWSTART PLUS mich durch mein Leben begleiten werden.

Bei euch sind die Natur und der Mensch im Gleichgewicht.

Danke euch von tiefstem Herzen für die wertvolle Zeit die ich mit EUCH zusammen verbringen durfte und noch für alles andere was ich momentan nur schwer ausdrücken kann.

Gott ist Liebe!

T. C. 38-jährig aus Deutschland

WWW.BERGPENSION.CH

# JENNYS REZEPT - ZUCCHINI-CREME SUPPE

## ZUTATEN FÜR 4 - 6 PERSONEN

500 g	Zucchini oder Erbsen
200 g	mehlig kochende Kartoffeln
150 g	Karotten
1	Zwiebel
3	Knoblauchzehen
1 Liter	Wasser
1-2 EL	Gemüsebouillon-Extrakt
2 EL	Cashew- oder Mandelmus

## ZUBEREITUNG:

Alles Gemüse in kleine Stücke schneiden und in eine grosse Pfanne geben. Wasser und Bouillon begeben und ca. 5-10 min weich kochen.

Alle restlichen Zutaten ebenfalls in die Pfanne geben und mit dem Stabmixer cremig mixen. Ca. 5 min weiterkochen.

Je nach gewünschter Konsistenz noch mehr Gemüsebrühe zufügen. Mit Kräutersalz und frischen Kräutern abschmecken und servieren.

## ZUBEREITUNG:

Nachdem man das Gemüse püriert hat, ganze Erbsen oder gekochte Kartoffel- oder Karottenstücke der Suppe begeben.

## TAG DER OFFENEN TÜR

- 11. August 2013

## KURSDATEN

RUND-UM-GESUND  
(12-TAGE LEBENSSTIL-PROGRAMM)

- 15. – 26. Sept. 2013

RAUCHERENTWÖHNUNGSKUR

- 06. – 17. Okt. 2013

ANTI-DEPRESSIONSKUR

- 24. – 5. Nov./Dez. 2013

## MEHR INFOS UNTER:

+41 (0)71 993 34 17

info@bergpension.ch | www.bergpension.ch

Sonn matt Bergpension & Gesundheitszentrum  
Remo & Jenny Fischer | Schwand 2588  
9642 Ebnat-Kappel | Schweiz

Falls Sie den Newsletter abbestellen möchten, senden Sie ein Email mit dem Betreff  
"Newsletter abbestellen" an info@bergpension.ch

# WWW.BERGPENSION.CH

