

Neuer Treffpunkt der Arthrose-Selbsthilfe-Gruppe



Die monatlichen Treffen der Arthrose-Selbsthilfe finden jetzt in der Ehrenamtszentrale, Overbergstraße 4, in Oelde statt. Der Raum ist jetzt wesentlich größer und somit ist ausreichend Platz für die immer zahlreicher werdenden Teilnehmer vorhanden.

Das Thema des letzten Abends war „Die Heilkraft der Aroniabeere“. Angelika Wolzen erklärte die gesundheitlichen Vorteile dieser inzwischen bekannten Frucht. Die ersten Berichte zum hohen Gesundheitswert von Aronia stammen aus der ehemaligen Sowjetunion. Der russische Pflanzenforscher Iwan Michurin entdeckte diese Pflanze um 1900 in Amerika. Zu Zuchtzwecken brachte er sie nach Russland. In Deutschland wurde die Pflanze erst vor sieben Jahren als Heilpflanze erkannt. Studien belegen eindeutig den gesundheitlichen Wert ihrer In-

haltsstoffe. Zusammen mit der Schale und den Kernen enthalten die Beeren vor Allem hochkonzentrierte antioxidative Wirkstoffe und pflanzliche Vitalstoffe. Sie enthalten Kalzium, Magnesium und viel Eisen. Die Superbeere ist weder teuer noch anspruchsvoll, sie gedeiht als Strauch gut im eigenen Garten.

Das nächste Treffen findet am 10. April 2012 um 19 Uhr statt. Es werden Erfahrungen ausgetauscht, Fragen beantwortet und der Film: „Arthrose – Ursache erkennen und heilen“ vorgestellt.

Bei der Arthrose-Selbsthilfe sind sie richtig, wenn Sie sich einer Gruppe von Gleichbetroffenen anschließen wollen, die sich aus eigener Kraft selbst und gegenseitig helfen um wieder schmerzfrei und gesund zu werden.