

**15. Juli 2023**

**Ein heißes Wochenende**

Meine Kinder, es steht wieder ein heißes Wochenende an, wobei der Samstag meistens heißer ist, als der Sonntag. Ich sage das jetzt ganz bewusst noch einmal, denn einige von euch sollten auch darauf achten, wenn sie unterwegs sind, genügend Wasser zu trinken, denn bei diesen Temperaturen ist der Wasserverlust oftmals gravierend. Bittet Mich einfach um den Segen für euer Trinkwasser und ihr erhaltet auch alle Mineralien, Vitamine und Spurenelemente mit ins Wasser, wenn ihr z.B. unterwegs seid oder daheim nicht die nötigen Dinge dahabt, um euren Körper mit allem zu versorgen, was er denn braucht. Alles wird gut! Amen.