

andy.weiss@bluewin.ch

Von: Nachhaltigerleben GmbH <info@nachhaltig-er-leben.ch>
Gesendet: Samstag, 31. Dezember 2022 13:12
An: Andy Weiss
Betreff: Newsletter Dezember 2022

Diese Nachricht ist nicht lesbar? [Hier klicken](#)

Nachhaltigerleben 

Newsletter Dezember 2022

Informiere dich auch hier auf www.nachhaltig-er-leben.ch



Liebe/r Andy

Herzlich willkommen zu einer neuen Ausgabe unseres Newsletters von Nachhaltigerleben. Die vergangenen Monate waren intensiv und ereignisreich. Wir geben dir einen Einblick und Ausblick, was bei uns läuft.

Meine Erlebnisküche:

Rückblick
Schnupperkurse
Whatsapp-Gruppe
Einfach Spass!
Was gibt es in der Erlebnisküche?

Mein Wohlbefinden:

Rückblick und Ankündigung: Darmpflege und -reinigung

Weiss Solutions:

Update zu Andy's Geschäftstätigkeit

Meine Erlebnisküche



Rückblick

Die letzten Monate waren geprägt von der Planung und Durchführung verschiedenster Kurse. Das neue Format «Einfach Spass» macht wirklich Spass, das lockere Zusammensein, der Rezept-und Erfahrungsaustausch bereichert gegenseitig.



Weisst du, was wichtig ist, bei der Herstellung eines Kartoffel-Knödelteiges? Oder, weisst du, dass dieser Teig sozusagen derselbe ist, wie für die Herstellung von Gnoggi oder Schupfnudeln? Falls du Interesse an einem Knödel-Kurs hast, melde dich bei mir, dann kann ich schauen, ob ich für die 2. Hälfte 2023 einen weiteren Knödel-Kurs planen werde.



Eine Neuaufbereitung des Pastakurses habe ich im November durchgeführt und die Nachfrage ist gross, sodass ich zwei weitere Pastakurse in die nächste Ausschreibung nehme. Am besten meldest du dich gleich an, wenn du dabei sein möchtest. In der Übersicht findest du alle weiteren geplanten Kurse. Neu im Programm: Ratz-Fatz (Neuaufgabe) und Indische Küche Nr.2.

Schnupperkurse

Hast du in deinem Umfeld drei oder mehr Personen, die den Thermomix® unverbindlich kennenlernen möchten? Melde dich bei mir, damit wir etwas organisieren können. Vorwerk schenkt dir für deinen Aufwand, einen Schnupperkurs zu organisieren, einen CHF 100-Bon für den E-shop. Melde dich bei Interesse bei mir. Die Schnupperkurse

können bei mir in der Erlebnisküche oder bei dir Zuhause stattfinden. Wie es für dich am besten passt.

Whatsapp-Gruppe

Möchtest du in unserem Thermomix®-Ideenpool dabei sein? Vor einigen Monaten habe ich diesen Chat gestartet, um Rezeptideen und Tipps mit dem Thermomix® zu teilen. Melde dich, wenn du auch dabei sein möchtest!

Einfach Spass!

Dieses Thermomix®-Treffen findet weiterhin einmal pro Monat an verschiedenen Wochentagen und zu verschiedenen Zeiten statt. Geplant sind folgende Themen: Zupfbrote, Thermomix® und TM Friend® im Einsatz, Frühlingsküche, die besten Quiches, leckere Dips und schnelle(Party)-Brote, Kaffeeklatsch mit Gästen. Übrigens ist der Kaffeeklatsch eine geeignete Geschenkidee: Wir bereiten ein leckeres Dessert- und Kuchenbuffet vor und dein Gast darf ab 16.15 Uhr mit dir geniessen. Was nicht gegessen wird, darf selbstverständlich nach Hause genommen werden!



Kurse 1. Halbjahr 2023



Kurse 2023



Daten	Zeit	Thema	Anzahl	Preis CHF
Januar				
Mo, 16.1.23	18-21 Uhr	Einfach Spass: Zupfbrote	8	40
Do, 19.1.23	18-22 Uhr	Thermomix® kann auch Pasta	7	120
Sa, 28.1.23	10-14 Uhr	Thermomix® kann auch Pasta	7	120
Februar				
Do, 9.2.23	17-20 Uhr	Einfach Spass: Thermomix® und TM Friend®	8	40
März				
Do, 2.3.23	18-22 Uhr	Ratz-Fatz: Ideen wenn es eilt	7	130
Fr, 3.3.23	16-20 Uhr	Ratz-Fatz: Ideen wenn es eilt	7	130
Mi, 22.3.23	18-21 Uhr	Einfach Spass: Frühlingsküche	8	40
Do, 23.3.23	18-22 Uhr	Thai trifft Thermomix®	7	120
April				
Fr, 14.4.23	17-21 Uhr	Viva Mexico!	7	120
Sa, 15.4.23	10-14 Uhr	Viva Mexico!	7	120
Di, 18.4.23	17-20 Uhr	Einfach Spass: Die besten Quiches	8	40
Mai				
Fr, 12.5.23	18-22	Lasst uns grillen!	7	130
Sa, 13.5.23	11-15	Lasst uns grillen!	7	130
Mi, 24.5.23	16-19	Einfach Spass: Leckere Dips & schnelle (Party)- Brote	8	40
Mi, 31.5.23	18-21	Einfach Spass Leckere Dips & schnelle (Party)- Brote	8	40
Juni				
Mi, 7.6.23	18-22	Indische Küche Nr.2	7	135
Do, 8.6.23	18-22	Indische Küche Nr.2	7	135
Fr, 16.6.23	14-18	Einfach Spass: Kaffeeklatsch mit Gästen	5+5	55



Juli und August: Sommerpause



Was gibt es noch in der Erlebnisküche?

Möchtest du einfach einmal eine Küche und einen gemütlichen Raum für dich haben, wo du dich kulinarisch austoben kannst? Oder möchtest du einen Anlass für dich und deine Freunde planen und durchführen? Auch kannst du deinen Event mit bis zu 12 Personen in der Erlebnisküche buchen. Wir besprechen was möglich ist.

Alle Kurse sind auf unserer Webpage unter [Kurse & Veranstaltungen](#) publiziert. Ich freue mich auf dich!

Mein Wohlbefinden



Neuigkeiten zu Mein Wohlbefinden

Vom 7.-22. November haben wir mit einer Gruppe eine Darmkur/Darmreinigung durchgeführt. Hier einige Rückmeldungen von Teilnehmerinnen:

«Mir geht es gut, meine Verdauung funktioniert bestens und ich habe viel weniger Hunger!»

«Mir geht es prima! Ich bin froh, mit mehr Energie getankt zu werden. Ich bin echt happy und mir ist aufgefallen, dass ich einen tieferen Ruhepuls habe und einen besseren Schlaf.»

«Anfangs hatte ich nur leichte Kopfschmerzen, abends fand ich schnell den Schlaf. Manchmal fühlte ich mich richtig leicht. Der Kaffee zwischendurch fehlte mir schon. Mein Geruchssinn nimmt mehr wahr.»

Die nächste gemeinsame Darmreinigung planen wir auf den Frühling: **20. März bis 4. April 2023** (vor den Ostern). Falls du dafür interessiert bist, geben wir dir gerne weitere Informationen dazu. Ein Zoom mit den wichtigsten Infos in Kürze planen wir am **Montag, 6. März 2023 um 20 Uhr**.

Genusskur

Im letzten Newsletter haben wir kurz von der «Genusskur» berichtet. Es bedeutet, dass die Stoffwechsellkur durch den Einbezug verschiedener Haferkleie-Rezepten an Vielfalt und Genuss gewinnt. Diese Kur dauert 6 Wochen, kann aber beliebig verlängert werden. Möchtest du etwas Gutes für deinen Körper tun, einige Kilogramm verlieren und dabei deinen Körper entgiften und entschlacken, melde dich für weitere Informationen. Wir begleiten dich gerne individuell.

Kontaktiere uns via Mail an info@nachhaltig-er-leben.ch oder mit dem [Kontaktformular](#) auf unserer Webpage. Wir informieren dich persönlich.



Andy's Firma Weiss Solutions

Wohntraumberatungen und Projekte: <https://www.wohntraum.weiss-solutions.ch/>

Projekt Wohnmobil "Landau":

Ich habe den Umbau der Landau erfolgreich abschliessen können. Nach dem Face-Lifting im Innenraum und der Überholung des Fahrzeuges (mechanisch und elektrisch) erfolgte die Motorfahrzeugkontrolle. Den Verlauf dieses Projekt kannst du im [Blog meiner Webseite](#) nachschauen.

Prozessbegleitung für Evaluation und Umsetzung eines Energiekonzeptes:

Für die Bauherrschaft einer landwirtschaftlichen Liegenschaft evaluiere ich das passende Energie- und Speicherkonzept und begleite bei der Umsetzung. Ziel ist eine möglichst autarke Lösung, welche die Erzeugung und Speicherung der erforderlichen Energie für die Gebäude und landwirtschaftlichen Maschinen sicherstellt.

Weitere Projekte für neue Wohnformen sind in Warteposition.

Beratungen, Coaching und Events:

<https://www.weiss-solutions.ch/>

Nebst den Projekten für neue Wohnformen begleite und coache ich Interessierte (Einzel, zu Zweit oder in Gruppen), die z.B. in die Persönlichkeitsentwicklung investieren wollen oder Unterstützung brauchen beim Schritt in die Selbständigkeit.

Wir freuen uns auf jede Reaktion, Frage oder Anmerkung von dir und du bist herzlich willkommen bei uns in Russikon vorbeizuschauen.

Mit lieben Grüßen fürs neue Jahr 2023

Marianne & Andy Weiss

Nachhaltigerleben GmbH

Marianne: 079 393 29 93

Andy: 079 372 25 63

Mail: info@nachhaltig-er-leben.ch

Edwiesstrasse 36 Russikon

Website ansehen 

Erstellt mit **Ascend** by Wix. [Ascend entdecken](#)

Diese E-Mail wird an Abonnenten dieser Website gesendet.
Zum Abbestellen dieser E-Mail bitte [hier klicken](#).