

**24. Juli 2023**

**Der Körper braucht immer ausreichend Wasser**

Meine Kinder, auch wenn es nicht immer heiß und sonnig warm ist, solltet ihr trotzdem darauf achten, dass ihr eurem Körper genügend Flüssigkeit zuführt – am besten gesegnetes Wasser. Wenn ihr beispielsweise einen trockenen Mund habt, ist das ein Zeichen, dringend Wasser zu trinken. Es gibt verschiedene Signale, die der Körper zeigt, wenn er Wassermangel hat. Achtet bitte darauf! Alles wird gut! Amen.