



Spruch für die Silvesternacht

**Man soll das Jahr nicht mit Programmen
beladen wie ein krankes Pferd.
Wenn man es allzu sehr beschwert,
bricht es zu guter Letzt zusammen.**

**Je üppiger die Pläne blühen,
um so verzwickter wird die Tat.
Man nimmt sich vor, sich zu bemühen,
und schließlich hat man den Salat!**

**Es nützt nicht viel, sich rotzuschämen.
Es nützt nichts, und es schadet bloß,
sich tausend Dinge vorzunehmen.
Lasst das Programm! Und bessert euch drauflos!**

(Erich Kästner)

Vielen Dank für das Vertrauen und ein gesundes neues Jahr mit gut bedachten
Vorsätzen wünscht allen

Monika Brenz-Rickert, RICHTIG ESSEN-BERATERIN