



INFOBLATT

Ausgabe bio-dresden-elbland · März bis Mai 2016

Gratis zum Mitnehmen

MiteinanderSein – Netzwerk für Gesundheit, Bewusstsein und Nachhaltigkeit

Rezept-Tipp

Rettich-Apfel-Aufstrich

Seite 3

Sonderseiten zur aktiv+vital

Wohlfühl Oase

Seite 4

Seminarreihe

Ja zum Leben

Seite 6

Offene
Netzwerktreffen

15.03. Pirna

14.04. Dresden

18.05. Dresden

Infos siehe Rückseite

Neuigkeiten aus dem Netzwerk

von Ann König und Kirsten von der Heiden

Mitte Januar 2016 starteten wir mit einem gemeinsamen Messeauftritt bei der Balance & Spirit in Chemnitz. Diesen nutzten wir intensiv, um Kontakte mit bestehenden



Netzwerkpartner/innen aus dem Raum Erzgebirge zu pflegen und um Interessierte über unsere regionale Netzwerkarbeit zu informieren. Dabei zeigte sich, dass Angebote aus dem Netzwerk MiteinanderSein über die regionalen Grenzen hinaus sehr gefragt sind und wir die Verknüpfungen sowohl zwischen dem Erzgebirge und Dresden – Elbland wie auch zu unseren regionalen Partnernetzwerken z.B. bio-ostsee und bio-leipzig-halle weiter ausbauen werden. Es war eine sehr angenehme Atmosphäre am Stand mit viel Lachen und strahlenden Augen derer, die sahen, dass es diese Plattformen zur Vernetzung gibt.

Netzwerk-Ausblick 2016

In diesem Jahr stehen neben der vom bio-erzgebirge organisierten **7. Regenbogenmesse** (www.regenbogenmesse.de) am 4.9.2016 in Schneeberg auch die erste Messe für alternative Ausbildungen und Therapien am 23.04.2016

in Chemnitz, mit dem Namen „**AUTHERA**“ an. Hier kannst Du Dich ganz gezielt über ganzheitliche Therapien im psychologischen Bereich für Dich selbst sowie über Aus- und Weiterbildungen für Laien und für Fachkolleg/innen informieren. Es gibt noch wenige freie Standplätze. Informationen und Online-Anmeldung: www.authera.de

Auch an der Ostsee ist in diesem Jahr das erste große Netzwerkevent geplant: Ein **Erlebnistag** mit Informationsständen, Vorträgen und Workshops im Kornhaus in Bad Doberan am 28.5.2016.

Diese etablierte und die neuen Messen nehmen wir gern als Ansporn, vielleicht schon bald im Raum Dresden etwas Ähnliches zu organisieren. Anregungen sind hierzu herzlich willkommen. Bestimmt tauschen wir uns beim Märztreffen der Koordinatorinnen aller Netzwerke bereits dazu aus.

Zudem arbeiten wir weiter an dem neuen Auftritt unserer Webseite, die den stark gewachsenen Ansprüchen an eine klare übersichtliche Informationswiedergabe entsprechen wird. Mit der Rubrik „Aktuelles“ wird es zukünftig auch viele zeitnahe Beiträge und Hinweise auf Veranstaltungen unserer Netzwerkpartner speziell für die Region Dresden – Elbland geben. Wir freuen uns auf emsige Blog-Zusendungen,

beachtet dazu bitte das neue Mediadatenblatt mit Stand 2016. Warum unser Netzwerk für unsere Zukunft an immenser Bedeutung gewinnt, kannst Du gern im „Gleichnis mit den Schmetterlingszellen“ nachlesen: www.bio-erzgebirge.de/wp/?p=7602

Unser Mitgefühl gilt Andreas Zengler, der den ersten Dresdner Vegan-Laden gegründet hat. Derzeit ist der Laden aufgrund eines verheerenden Feuers geschlossen. Mehr über unsere Infoblatt-Auslagestelle findet Ihr unter: facebook.com/welovevegandresden/. Wir wünschen viel Kraft und Ausdauer für den Wiederaufbau!

Für die Erweiterung unseres Netzwerkes im Raum Dresden – Elbland ist jede Idee, Anregung & Empfehlung willkommen. Wenn Du eine weitere Verteilerstelle weißt oder selbst eine sein magst, dann schreib' Kirsten oder komm' einfach zu unseren offenen **Netzwerktreffen** vorbei (siehe S. 8):

- 15.03.2016 Forum für ganzheitliches Wohlbefinden e.V (Pirna)
- 14.04.2016 Gesundheitszentrum EINKLANG Dresden e.V.
- 18.05.2016 Quelle für Erfolg und Lebensfreude (Dresden-Pieschen)

Nächstes Infoblatt:

Juni-August 2016, Erscheinungsdatum Ende Mai, Annahmeschluss 29. April

Einen herzlichen Frühjahrsgruß senden Dir Kirsten von der Heiden und Ann König

Alltagsbegleitung in der Flüchtlingsarbeit

von Dipl.-Ing. Kirsten von der Heiden

Seit einem Jahr unterstütze ich in verschiedenen Bündnissen, Netzwerken und Beiräten die Flüchtlingssozialarbeit. So begleite ich z.B. Begegnungsnachmittage, Wanderungen und kulturelle Veranstaltungen im Rahmen des Willkommensbündnis Freital, leite die AG Patenschaften oder nehme ehrenamtlich am Beirat Asyl mit den Bürgermeistern der Stadt Freital teil. Es ließen sich bereits starke Bindungen herstellen und so hören wir vermehrt, dass es Flüchtlingen mittlerweile schwer fällt, unsere Stadt auch wieder verlassen zu müssen oder auch die vormalig so umstrittene Flüchtlingsunterkunft Leonardo. Sie können es mir glauben, die zentralen Unterkünfte in Dresden sind weit schwerer auszuhalten im Alltagsleben, ich habe mich persönlich davon überzeugt, nachdem 90 Geflüchtete Ende Januar, einschließlich meines getauften Patenkindes, in den Transfer nach Dresden kamen! Um das 3-Standorte-Konzept (Chemnitz/ Dresden/ Leipzig) unserer Staatsministerin Köpping umzusetzen und auch vermehrt Wohnräume für mehr dezentrale Unterkünfte zu finden, braucht es die Unterstützung aller sächsischer Bürger.

Mein Aufruf um Unterstützung bezieht sich daher einerseits auf Hinweise zu geeigneten Wohn- und Arbeitsstätten für Geflüchtete in unserer Region. Rufen Sie mich gerne an oder schreiben eine Email! Auch Hinweise zu

Projektvorschlägen sind herzlich willkommen! Für die über das Ehrenamt hinausgehende Alltagsbegleitung hin zu ärztlichen oder psychotherapeutischen Ambulanzen bzw. Behandlungen & psychologischer Beratung erwerben Sie gerne meine Begleitungs-Gutscheine für Flüchtlinge und ermöglichen Sie dadurch Geflüchteten eine menschlichere und intensivere Begleitung, als es die staatlichen Stellen zu leisten vermögen. Im Durchschnitt haben 40% der Flüchtlinge in Deutschland traumatisierende Erlebnisse gehabt. Helfen Sie mit, dass aus diesen keine pathologischen Traumata entstehen. Diese Fälle mehren sich leider oder werden nach 6 Monaten besonders sichtbar und es fehlt zunehmend an Geldern für psychologische Beratung und effektive Dolmetschertätigkeiten. In vielen Fällen sind Sprachmittler nicht genügend qualifiziert und so müssen für die psychologischen Beratungen, Seelsorge oder Psychotherapie auch staatlich beeidigte Dolmetscher zu den Gesprächen hinzugezogen werden. Bitte wenden Sie sich vertrauensvoll mit Ihrer Spende (Stichwort: Flüchtlingsarbeit) an mich in der Funktion des Kirchenvorstandes (KV) der St. Jakobuskirchgemeinde Pesterwitz.

Kirsten von der Heiden, Resonanzbewusstheit
Tel. 0351–21088132, 0151–55519714
info@resonanzbewusstheit.info, www.resonanzbewusstheit.info/psychologische-beratung;
KV Pesterwitz: www.kirche-pesterwitz.de/kontakte/k-kirchenvorstand/
Kontakt zum Willkommensbündnis Freital: kontakt@willkommensbueundnis-freital.de
www.willkommensbueundnis-freital.de



Mehr erfahren – Dabei sein?

Mitmachen im Netzwerk?

Infos zur Netzwerkarbeit, Menschen & Angebote finden, sich austauschen, Möglichkeiten für Anbieter, die sich und Ihre Angebote bekannt machen wollen.

Rundbrief per E-Mail – aktuell, zeitnah und gut informiert über alle Neuigkeiten im Netzwerk & weltweit sowie aktuelle Veranstaltungen. Anmeldung: info@bio-dresden-elbland.de

Infoblatt-Abo

Mit Sicherheit ein Infoblatt bekommen? Direkt mit der Post zu Dir nach Hause mit einem Jahresabo ab 11 Euro.

Informationen:

Kirsten von der Heiden • Pesterwitz
Tel. 0351– 21088132
E-Mail info@bio-dresden-elbland.de

www.bio-dresden-elbland.de

Eine besondere Form der Meridianbehandlung

Facial Harmony

von Steffi Böhme



Als ich vor 14 Jahren in Südfrankreich Urlaub machte, hörte ich zum ersten Mal von der Methode „Facial Harmony“. Ich wusste sofort, das möchte ich gern erlernen. Ein reichliches Jahr später habe ich die Ausbildung in der Schweiz gemacht. Seitdem gebe ich Facial-Harmony-Sitzungen im Raum Dresden.

Meridiane sind in der traditionellen chinesischen Medizin (TCM) Kanäle, in denen die Lebensenergie (Qi) fließt. Viele körperliche und psychische Störungen sind auf eine unausgewogene Versorgung des Organismus mit Energie zurückzuführen. Es gibt 12 Hauptmeridiane. Jeder dieser Hauptmeridiane ist einem Organsystem zugeordnet. Auf den Meridianen liegen die Akupunkturpunkte. Mit meinen Fingerspitzen berühre ich sanft die Meridiane. Bei dieser Anwendungsmethode werden nur die Meridiane im Kopf-, Schulter und Nackenbereich stimuliert, es wird jedoch der gesamte Körper erreicht, was die Klienten oft durch „Kribbeln“ wahrnehmen. Die Akupunkturpunkte erhalten so einen feinen Impuls, der bewirken kann, dass Blockaden gelöst und die Lebensenergie wieder fließen kann.

Durch die Berührung und den speziellen Ablauf wird die Klientin bzw. der Klient in

einen alphaähnlichen Zustand versetzt, indem der Körper total entspannt, „Müll“ wird entsorgt und es entsteht Platz für Neues.

Durch Facial Harmony können körperliche Beschwerden wie Kopfschmerzen, Tinnitus, Zahnschmerzen, Kiefergelenkprobleme und Nackenverspannungen positiv beeinflusst werden, aber es kann sich auch bei innerer Unruhe, Ängsten, Stress und Erschöpfung hilfreich erweisen. Um den Prozess des Loslassens von allem, was uns nicht mehr dient, anzukurbeln, braucht man allerdings mehr als eine Sitzung. Sieben Behandlungen sind in der Regel empfehlenswert. Aber unsere Lebensthemen lösen sich nicht komplett auf, sie verändern sich aufgrund des inneren Wachstums zu unseren Gunsten. Ich arbeite in Dresden-Plauen in der Bienertmühle, in Freital-Pesterwitz und in Zinnwald, komme aber auch gern zu Ihnen nach Hause.

Während der **Messe „Aktiv & Vital“** vom 4. bis 6. März 2016 gehöre ich zum Team der Therapeuten & Berater der „Wohlfühl Oase“ und bin am Freitag und am Sonntag von 10 bis 15 Uhr an der Jurte (siehe Seite 4).

Steffi Böhme, Facial Harmony
Tel. 0351 – 31909033 oder 01522 – 6238481
steffi.boe@gmx.de

Messungen mit dem Biopulsar Reflexographen

von Sibylle Bräuer, Forum für ganzheitliches Wohlbefinden e.V.

Von der Reflexzonentherapie her ist bekannt, dass bestimmte Areale der Hand einen energetischen Bezug zu den Körperorganen haben. Die Organsprache lehrt, dass auch Organe auf Gedanken und Emotionen bewusst reagieren. Diese Reaktionen sind im Organ gespeichert und können u. a. auch kinesologisch ausgetestet werden. Gefühle und Gedankenstrukturen sind feinstofflicher Natur und können im bioenergetischen Feld gemessen werden. Nach der überlieferten östlichen Volksheilkunde sind die einzelnen Zonen auf der Hand nicht nur mit dem jeweiligen Organ verbunden, sondern auch mit feinstofflichen Energiezentren, den sogenannten Chakren. Die Kunst der Handdiagnose hat in der asiatischen Kultur einen hohen medizinischen, spirituellen und prognostischen Stellenwert.

Folgende Aussagen werden durch die Messungen mit dem Biopulsar Reflexographen ermöglicht:

- Biofeedback über 43 gemessene Organe
- Farbgestaltung der Aura gibt u.a. Auskunft

- über Entzündungspunkte im Körper
- Chakren und deren Ausgeglichenheit in sich und untereinander
- Vitalstoff-Check
- Möglichkeiten der Farblichtbehandlung für die einzelnen Organe oder Chakren.

Ansprechpartnerinnen im Heilpraktikerzentrum Dresden Pirna:
Sibylle Bräuer und Annett Würfel

Individuelle Terminvereinbarungen für Messungen:
Heilpraktikerzentrum Dresden Pirna
Schloßpark 8, 01796 Pirna
Tel. 03501 – 7103630 [AB], Fax 03501 – 7103635
info@heilpraktikerzentrum.com
www.heilpraktikerzentrum.com



**HEILPRAKTIKER-
ZENTRUM** DRESDEN
BERATUNG UND THERAPIE

Rettich-Apfel- Aufstrich

Rezept-Tipp von Steffi Böhme



Quelle: commons.wikimedia.org/wiki/File:Rettichschwarzrund.jpg

Zutaten

- 1 rote Zwiebel
- 2 -3 EL Rapsöl
- 1 kleiner schwarzer Winterrettich (ca. 400g)
- 1 großer Apfel
- 50 – 60 ml Wasser oder Gemüsebrühe
- 4 EL feine Haferflocken
- 2 EL Sonnenblumenkerne
- 2 EL Vollkornsemmelbrösel
- 2 EL fein gehackter Majoran
- 1 TL fein gehackter Thymian
- 1 EL Weißweinessig
- 1 – 2 TL fein geriebener Meerrettich
- Meersalz

Zubereitung

- Zwiebel schälen, fein hacken und im heißen Öl anschwitzen
- Rettich schälen, sehr fein würfeln
- Apfel schälen, entkernen, fein würfeln
- Rettichwürfel und Apfelwürfel zur Zwiebel in den Topf geben, Wasser oder Gemüsebrühe hinzufügen und alles unter gelegentlichen Rühren gut 15 Minuten schmoren, bis die Apfelwürfel zerfallen sind und der Rettich etwas weich ist
- kurz mit dem Kartoffelstampfer zerdrücken (kann stückig bleiben)
- Haferflocken, Sonnenblumenkerne, Semmelbrösel, Majoran, Thymian, Essig und Meerrettich unterrühren
- herzhaft mit Salz würzen
- im Kühlschrank gut durchkühlen lassen

Der Aufstrich hält sich im verschlossenen Glas im Kühlschrank i.d.R. 5 Tage.

Guten Appetit wünscht
Steffi Böhme

IMPRESSUM

Herausgeber: Netzwerk MiteinanderSein, Ann König & Uwe Reiher, Kupferweg 12, 08359 Breitenbrunn, Tel. 037756 – 879730, redaktion@miteinandersein.net
Redaktionelle Beiträge & Anzeigenannahme
Kirsten von der Heiden, Tel. 0351 – 21088132, info@bio-dresden-elbland.de
Redaktion: Ann König (V.i.S.d.P.), Uwe Reiher (V.i.S.d.P.)
Gestaltung: Uwe Reiher, Albertstr. 23, 09212 Limbach-Oberfrohna, info@manufaktur-medien.de

Texte & Bilder: wie angegeben bzw. von Redaktion oder direkt von den Verfassern

Auflage: 1000 Stück

Bezug: kostenfrei in Bioläden, Yogazentren, Naturheilpraxen und allen Inserenten

Alle Angaben zu Veranstaltungen und Adressen ohne Gewähr. Alle Beiträge im Infoblatt stellen ausschließlich die Meinung der Verfasser dar. Sie geben nicht zwangsläufig die Meinung der Redaktion oder die Meinung anderer Autoren wieder. Verantwortlich für die Inhalte sind die Verfasser selbst. Alle männlichen Bezeichnungen gelten auch für die weibliche und weitere Formen. Aus Gründen der Vereinfachung/Lesbarkeit wurde oft nur die männliche Form gewählt.

Lernen Sie in 15 Minuten unsere vielfältigen Lösungsansätze kennen

Die „Wohlfühl Oase“ auf der aktiv+vital – Messe

von Kirsten von der Heiden und Gunter Hellmann



Sie möchten gerne auf der Aktiv + Vital – Messe ein wenig Entspannung und Erleichterung erleben? Kommen Sie dazu gerne in die Halle 3 Stand F01 zu unserer Jurte! An und in dieser erwarten wir Sie mit unseren qualitativ hochwertigen Anwendungen, die Sie in geschützter Atmosphäre genießen können. In der Jurte befinden sich vier Anwendungsplätze, außen gibt es zudem zwei Beratungsplätze. Für Ihre „Schnupperanwendung“ wenden Sie sich vorab an unsere Kasseninformation und vereinbaren Sie einen Termin bei einer/m von uns. Mit nur 10,- EUR sind Sie dabei, für Aussteller/innen halten wir Rabattkarten bereit. Außen an der Jurte finden Sie die A4-Beschreibungen zu den Angeboten aller 14 Behandler/innen in 2016 und weiterführende Informationen. Wir, das sind ein Netzwerk von Therapeut/innen und Berater/innen, die wir unter dem Motto „Wohlfühl Oase Dresden“ gemeinsam diesen Messeauftritt gestalten, um – ursprünglich einmal angeregt durch Zarina Zimmermann, Projektmanagerin dieser Messe – Ihnen als Messebesuchende Entspannung und Wohlbefinden zu bringen. Untenstehend finden Sie einen Auszug aus unserem Angebotsspektrum.

Unsere Vortrags-empfehlungen

Freitag Saal Florenz

Pecha Kucha Lounge – Teil 1 (14:00 Uhr) und Teil 2 (15:00 Uhr) u.a. mit:

- **Soziale Nachhaltigkeit** niederschwellig einführen – aber wie?! Kirsten von der Heiden – AFoReg & Resonanzbewusstheit
- **Ganzheitlichkeit in der Mittagspause**, Sibylle Bräuer, Forum für ganzheitliches Wohlbefinden e.V.

Samstag Saal Rotterdam

- 11:30 Uhr **Schwingende Ringe smovey, Spaß an der Bewegung, Freude am Leben**, Katrin Kalbe
- 13:45 Uhr **Prima Klima im Büro - Pflanzen für Ihren Erfolg**, Silva Garves, Silver's Cove
- 16:45 Uhr **Organisations-, Raum- und Hausaufstellungen**, Kirsten von der Heiden, Wohlfühl-oase

Sonntag 11:30 Saal Rotterdam

- **Warum werden wir krank? Einführung in das BioLogische Heilwissen**, Katrin Kalbe

Schlendern Sie gerne auch weiter an die Stände unserer Netzwerk-Freunde von MiteinanderSein & bio-dresden-elbland:

- Forum für ganzheitliches Wohlbefinden e.V., Sibylle Bräuer (H3 Pecha Kucha Lounge)



- Schwingende Ringe, Katrin Kalbe (Halle 3 G15)
- Sebastián Guzmán Crespo (Via 7)

Lassen Sie sich weiter vom Start Up Silver's COVE (Halle 3 E08) und dem gestandenen Unternehmen Tischlerei Gerlach (Halle 3 G12) zu Ihrer Inneneinrichtung bezaubern und beraten. Wenn Ihre Beine dann gar nicht mehr weiter wollen, helfen Ihnen sicher Birgit & Tino Peters (Halle 3 G05/06) weiter. Und nicht vergessen, Sie können ja auch jederzeit zu unserer Jurte zurückkehren und sich verwöhnen lassen. Viel Freude und Anregung beim Messebesuch wünschen Ihnen Allen und uns miteinander

Kirsten von der Heiden & Gunter Hellmann



Praxis für Geistiges Heilen

Silvia Beer · Messeangebot: Wohlfühlbehandlungen zur Entspannung, Regeneration & Energie tanken / individuelle Energiebehandlungen auf ihr spezielles Thema bezogen · Leisniger Str. 48, 01127 Dresden · Tel. 0160-96674519 · kontakt@heilerpraxis-beer.de, www.heilerpraxis-beer.de

Facial Harmony · Steffi Böhme · Mein Messeangebot: Meridianbehandlung im Gesicht. Sportplatz 4, 01705 Freital, Behandlungsorte: Dresden-Plauen in der Bienertmühle, in Freital OT Pesterwitz und in Zinnwald · Tel. 0351-31909033, 01522-6238481 · steffi.boe@gmx.de, www.steffiboehme.de



VITALSPECIAL · Cornelia

Rosenau · Messeangebot: Raindrop®-Massage (Kurzform als Fußmassage) – äther. therapeutische Öle & Vitalnahrungsberatung (Einführung + Gutscheine happyhour) · Coswig, mobil Umkreis 20 km. Tel. 0351-5319334, 0152-24423365 · info@vitalspecial.eu, www.vitalspecial.eu

Akkupressurbehandlungen · Gelenkmobilisation · Carsten Schmidt, Bahnhofstr. 18, 01468 Moritzburg · Tel. 0177-7950986



Powerful Mind für ein kraftvolles Bewusstsein · Silvia

Stiessel · Messeangebot: individuelle „Schnupper“-Coachings, intuitive Massagen, Fr./So; Praxisraum: Quelle für Erfolg und Lebensfreude · Leisniger Straße 48, 01127 Dresden: Tel. 0172-1331253 · www.psychologieverbindet.de, silviastiessel.com



HEILPRAKTIKER-ZENTRUM DRESDEN-PIRNA BERATUNG UND THERAPIE

Sylvia Lietsch · Heilpraktikerin · Messeangebot: Energiebehandlungen mit Stimmgabel u. Organenergie, Aromamassage, Schröpfkopf-Rückenmassage, energetische Rückenmassage, entspannende Gesichtsmassage, Lichtimpulsmassage · Heilpraktikerzentrum Dresden-Pirna Schlosspark 8, 01796 Pirna Tel. 03501-7103630



Ganzheitlich Energetische Massage · Carsten Schmidt

Practitioner® Messeangebot: Teilkörpermassagen, u.a. Schulter-Nacken, Rücken, Gesicht, Kopf



Resonanzbewusstheit

Kirsten von der Heiden Messeangebot: Glaubenssätze in wohlthuende Sätze wandeln, Emotionen hinter Schmerz entdecken, Figuren stellen zu Fam. u. Beruf, ToO®-Anwendung, Fr Vortrag, Sa WS. + Gutscheine · Praxisraum: Willy-Gäbler-Weg 3, 01705 Freital, Tel. 0151-55519714 · www.resonanzbewusstheit.info

Vortragsreihe auf der aktiv+vital – Messe Den Arbeitsalltag gesund gestalten

von Zarina A. Zimmermann

Unter dem Credo „Arbeitsalltag gesund gestalten“ erleben Sie am 04.03.16 bei der MESSE DRESDEN eine Vortragsreihe voller Spannung und Esprit. Zehn Fachleute bringen ihre Anregungen konzentriert und anschaulich auf den Punkt, im Pecha Kucha Format (20 Bilder x 20 Sekunden). Pecha Kucha kommt aus Japan. Es ist eine Vortragstechnik, die einlädt, auf unterhaltsame Art Wissen zu vermitteln. Eine Präsentation dauert knapp 7 Minuten.

Darüberhinaus bietet Ihnen die Gesundheits- und Wohlfühlmesse aktiv+vital Begegnungen und Inspirationen zu gesunder Lebensweise. Treffen Sie gebündelt auf geschulte Fachleute und regionale Aussteller, um Leistungsbereitschaft zu steigern und Wohlbefinden im Unternehmen zu fördern. Herzlich willkommen!

Öffnungszeiten der aktiv+vital

Freitag – Sonntag 10-18 Uhr

Eintrittspreise

Tagesticket 7 EUR/ ermäßigt 5 EUR

Veranstalter

Zarina A. Zimmermann / MESSE DRESDEN GmbH

Veranstaltungsort

MESSE DRESDEN, Halle 3, Saal Florenz, Messering 6, 01067 Dresden

Programm-Infos

www.messe-dresden.de/veranstaltungskalender/messe/aktiv-vital/firmengesundheit.html

10 inspirierende Kurzpräsentationen im knackigen Pecha-Kucha-Format

von 14:00 bis 16:00 Uhr im Saal Florenz (angrenzend an Halle 3):

FACHVORTRÄGE [am 04. März 2016 im Saal Florenz & an der Halle 3]

Was brauchen Menschen in der heutigen Arbeitswelt, um gesund zu bleiben? Auf der **aktiv+vital 2016** finden Sie Anregungen zur Verbesserung der Leistungsbereitschaft und des Wohlbefindens in Ihrem Unternehmen.

Themenbezogene Fachvorträge und Kurzpräsentationen vermitteln aktuelle Trends und Ideen aus dem betrieblichen Gesundheitsmanagement.



Außerdem: **MITMACH-PARCOUR** „Denk an mich. Dein Rücken“ in Halle 3!

PECHA LOUNGE KUCHA

THEMA: ARBEITSALLTAG GESUND GESTALTEN

- 1 **Gesundes Management = Gesundes Unternehmen?**
Dipl. Ing. Reinhard Gütz, BGSU GbR
- 2 **Herausforderung und Potential der Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungsfaktoren.** Nadine Rücker, AMSONA Coaching & Beratung
- 3 **Mit Achtsamkeitstraining mehr Gelassenheit, Konzentration und Effizienz am Arbeitsplatz.** Anna Breitenöder, Coaching und Beratung
- 4 **Einsparpotential in Ihrem Unternehmen :) Treppe statt Fahrstuhl.**
Beate Schönfeldt, intowork
- 5 **Bewegt entspannt. Arbeitspausen gewinnbringend gestalten.** Katja Stenzel, YoFit – Das Zentrum für Yoga und Fitness

- 6 **Betriebliches Gesundheitsmanagement – individuelle Balance für Ihr Unternehmen.**
Mike Dittrich, Individual Balance
- 7 **Gesunde Führung**
Thomas Albrecht, Albrecht-Beratung
- 8 **Soziale Nachhaltigkeit niederschwellig einführen – aber wie?!!** Kirsten von der Heiden, AFoReg & Resonanzbewusstheit
- 9 **Ganzheitlichkeit in der Mittagspause – Ernährung, Bewegung, Entspannung, Konzentration.** Sibylle Bräuer, Forum für ganzheitliches Wohlbefinden
- 10 **Bewegtes Sitzen – Ergonomie erleben.**
Antje Wessel, LÖFFLER GmbH

Eine neue Krankheit?

Mitochondriopathien

von Dipl.-Med. Hjalmar Baldauf

Ja und nein: Mitochondrien, die Kraftwerke unserer Zellen, leiden an Vitamin und Mineralarmut, dessen Ursache vielschichtig sein kann.

Unter anderem können beruflicher und privater Stress, Umweltbelastungen (z.B. Umweltgifte und Elektrosmog), Schwermetallbelastung, Fehlernährung (zu viele Kohlehydrate, zu viel Zucker, Fertignahrung, zu wenige Vitamine) und zum Beispiel eine Störung der Stabilität der Halswirbelsäule (HWS) zu Stoffwechselproblemen führen, welche eine Mitochondriopathie auslösen. Dabei sinkt die Leistungsfähigkeit, man fühlt sich müde und kaputt und es kommt oftmals zu unerklärlichen Schmerzattacken und vielen Folgeerkrankungen.

Die Instabilität der HWS kann vielfältige Ursachen haben – Bagatellunfälle z.B. schon als Kind, leichte Auffahrunfälle, exzessive sportliche Betätigungen. Es entstehen irreguläre Nervenreizungen des Nervus sympathicus und es kann zur Durchblutungsminderung des Hirns von bis zu 80% kommen. Auswirkung hat dies auf viele biochemische Prozesse im Körper und organische Schädigungen können die Folge sein.

Dies spiegelt sich dann in bestimmten Krankheiten wieder, wie zum Beispiel:

- Chronisches Müdigkeitssyndrom
- Fibromyalgiesyndrom
- Schilddrüsenerkrankungen
- Magen-Darm-Störungen
- Nahrungsmittelunverträglichkeiten
- Schlafstörungen
- Migräne
- Allergische Reaktionen
- Polyneuropathien (Nervenstörungen)
- Chronische Schmerzzustände der Hals- und der Lendenwirbelsäule
- Chronische unerklärbare Schmerzen

Seminarreihe

Ja zum Leben

von Astrid Dehnel

Es gibt kaum etwas Kraftvolleres, als die Entscheidung, „Ja“ oder „Nein“ zum Leben zu sagen. Mit einem Nein gehe ich in den Widerstand. Ich lebe in einer Welt, die ich so nicht will. Nun muss ich heroisch um Veränderung kämpfen oder machtlos kapitulieren. Es gibt keinen Frieden, es kostet Kraft.

Mit einem Ja fällt der Widerstand weg. Ich beginne zu akzeptieren, dass ich die Welt so wahrnehme und hinterfrage, wozu. Ich lasse zu, wie ich mich auf Grund dessen fühle. Aber: Ist es wirklich akzeptabel, mich so zu fühlen? Wie lange bin ich noch bereit, dies als meine Wahrheit anzunehmen? Jetzt habe ich die Wahl, die Dinge anders zu sehen. Darin ist Frieden und Kraft.

Die Seminarreihe „JA zum LEBEN“ ist ein Angebot von Vielen in der Quelle für Erfolg und Lebensfreude, das dich einlädt, das, was du siehst zu hinterfragen und dich neu zu entscheiden, in Richtung Liebe, Freude und Frieden. Du bist herzlich willkommen.

Astrid, für das Team der Quelle für Erfolg und Lebensfreude, Leisniger Str. 48, 01127 Dresden. **Angebote, Informationen, Anmeldung über: www.psychologieverbindet.de**



Silvia Stiessel · Powerful Mind: 7 Schritte für Deinen Erfolg! individuelles Erfolgscoaching, Tagesseminare, Gemeinschaftsangebote (auch kostenfrei) · Tel. 0172–1331253 · info@psychologieverbindet.de · www.silviastiesel.com

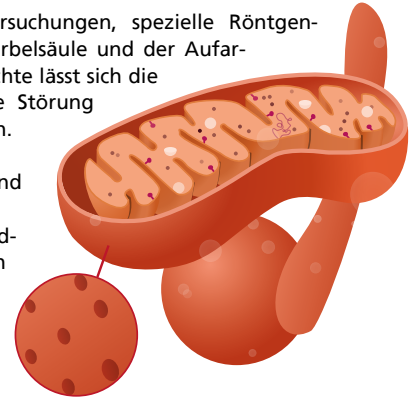


Astrid Dehnel, Leben mit Vision, Herz und Verstand, Life- und Business-Coaching – individuell, als Seminare und offene Coachinggruppe
Tel. 0170–7777627 · Astrid.Dehnel@web.de
www.vision-herz-verstand.de

Durch spezielle Laboruntersuchungen, spezielle Röntgenuntersuchungen der Halswirbelsäule und der Aufarbeitung der Krankengeschichte lässt sich die Diagnose ableiten und die Störung der Zellkraftwerke erkennen.

Therapiemöglichkeiten sind zum Beispiel:

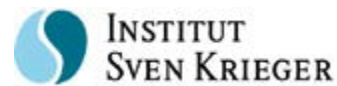
- osteopathische Behandlungen in regelmäßigen Abständen
- Entgiftungsbehandlungen des Magen- und Darmtraktes und gezielte Zuführung fehlender Vitamine und Mineralstoffe in entsprechender Dosierung
- Ernährungsumstellung, regelmäßige Kontrollen der Regulationsfähigkeit des Körpers mittels der Herzratenvariabilitätsmessung
- Psychokinesiologische Therapie und andere Entspannungstechniken



Für Fragen zu diesem Thema und anderen alternativen Heilmethoden sowie auf dem Gebiet der Orthopädie bin ich gern bereit, Sie auf dem Weg zur Gesundheit und zum Wohlfühlen zu unterstützen. In meiner Privatpraxis finden Sie dafür eine angenehme Atmosphäre abseits von der Hektik unseres Alltages. Terminvereinbarungen nehme ich telefonisch und per E-Mail gern an.



Privatpraxis für ganzheitliche Schmerztherapie
Dipl.-Med. Hjalmar Baldauf
Facharzt für Orthopädie, Chirotherapie,
Spezielle Schmerztherapie
Homöopathie, Akupunktur, Biologische Krebstherapie
01277 Dresden, Schandauer Str. 43
Tel. 0351–31909536
info@natuerliches-heilen-baldauf.de
www.natuerliches-heilen-baldauf.de



Ausbildung zum Heilpraktiker für Psychotherapie
Weiterbildung in Psychotherapieverfahren
Vorträge und Workshops



NEU in unserem Institut

Wir bieten jetzt Vorträge und Workshops für interessierte Laien und Fachpersonal aus den Bereichen Gesundheit und Soziales an. Informieren Sie sich unter www.institut-sven-krieger.de

Es starten auch wieder neue Kurse:

Ausbildung zum Heilpraktiker für Psychotherapie

Chemnitz: Start Abendkurs 16. März | Wochenendkurs 30. April

Dresden: Start Abendkurs 18. April

Praktische Ausbildungsgänge

Prozessbegleitung mit Kerstin Göhler: Start 27. Mai

Schönherrstraße 8 · 09113 Chemnitz · T (03 71) 23479699
www.institut-sven-krieger.de

Wie Sprache zur sofortigen Befreiung von disharmonischen Umständen und Beziehungen wirken kann

Wogopologische Wortalchemie

von Ramona Mayer

Es war uns Menschen aufgrund des bisherigen Sprachgebrauchs unmöglich, Geschehenes vollkommen auflösen zu können. Dies hatte damit zu tun, dass der Mensch von Beginn an zu einem Schöpferwesen geworden war – was er immer bleiben wird – ohne bemerkt zu haben, wie er sich die längste Zeit aufgrund seiner eigenen Satz-Formulierungen disharmonische Umstände selbst erschaffen hatte.

Kollektiv gemeinsam bestimmend, mußte – aufgrund der fehlenden Kenntnis dieses Sprachschlüssels – der Erfolg von dauerhaftem Frieden ausbleiben.

Da ein Schöpfer unmöglich zu schöpfen aufhören kann, weil er dadurch zu einem Urschöpfer werden würde – was unmöglich war und bleiben wird – hatte er permanent mittels seiner gefühlten Bestimmungen geschöpft. Durch die Erkenntnis und im Besonderen durch die Anerkennung, warum und wie durch Wortformulierungen permanent geschöpft wurde, könnte der einzelne Mensch durch die WOGOPOLOGIE zu erkennen beginnen, wie das Weiterbestehen und Ansteigen von disharmonisch Erschaffenen vollkommen neutralisiert werden könnte. Dies zu erkennen, war mir von „Innen“ her geschenkt worden. Niemand in dieser Welt hätte mich dies lehren gekonnt, da es in seiner komplex erscheinenden Einfachheit noch unerkannt war und nur von Innen her ins Bewußtsein kommen konnte. Mit „Innen“ war hier das wahre lebendige Selbst gemeint, welches in jedem Menschen von Beginn an immer gewirkt hatte.

Durch dieses Erkenntnis-Geschenk war es mir möglich geworden zu verstehen, warum das bisher Unternommene, um eigene Probleme, Ängste, Glaubenssätze leicht, schnell und vor allem dauerhaft zu lösen zur Schwerstarbeit geworden war und es derart gänzlich zu lösen unmöglich geblieben war, da wir uns durch die bisher gewohnte Sprechart unverändert im Hamsterrad weiterbewegt hatten. **Denn unmöglich würde etwas auf dieselbe Weise gelöst werden können, durch die es entstanden war.**

Hätten alle Menschen, welche bereits begonnen hatten, ihre Selbstverantwortung zu übernehmen, davon schon gewusst, wäre dauerhafter Frieden bereits „unverhinderlich“ für alle Menschen erlebbar geworden. Ich hatte mich nach diesen Erkenntnissen öfter gefragt: „Wer würde ausgerechnet auf mich hören wollen und von mir erfahren wollen, wie Menschen durch eine Änderung ihrer bisherigen Sprechart zum dauerhaften Frieden in sich selbst und der Welt beigetragen könnten?“

Da ich „ohne besondere Auszeichnungen in der Öffentlichkeit“ zum Zeitpunkt der Erkenntnis ein noch völlig unbekannter Mensch inmitten der Menschheit war. Ich hatte selbst 7 Jahre des Lernens gebraucht, um das Erkannte fließend umsetzen zu können, um es im Weiteren den sich nach Frieden sehenden Menschen näherbringen zu können und es Ihnen vor allem FÜHLBAR verständlich vermitteln zu können – **einerlei ob es sich dabei um religiöse, unreligiöse, vermeintlich ungebildete oder studierte, große, kleine, junge oder alte Menschen handeln würde.**

Durch das Meistern der SprechWEISE waren meine Redens-Ströme von Mitmenschen zunehmend mehr als gesprochene SANFTHEIT erlebt worden. Ein Herzensbruder hatte einmal zu mir gesagt: „Ich hatte bemerkt, daß ich mich von Dir nie belehrt gefühlt hatte, wenn Du mir etwas erklärt hattest“. Es war jedes Mal faszinierend mitzuerleben, wie bei meinen Mitmenschen durch die in wahrheitsgetreu zutreffenden Zeitformen formulierten Sätze eine sofort fühlbare Neutralisation von erschwerlich wirkenden Energieblockaden im physischen, mentalen und emotionalen Körpersystem eingetreten war. Öfter war dadurch die Frage entstanden: „**Kann die Neutralisierung wirklich so leicht geschehen?**“ Denn der menschliche Verstand hatte geglaubt, es würde mehr Zeit brauchen, um etwas zu neutralisieren.

Dies zu glauben war ein Irrtum, ja es war ein intensiv wirkender Aberglaube geworden.

Menschen könnten disharmonische Umstände durch die Kenntnis dieses Sprachschlüssels tatsächlich sofort selbstständig zu neutralisieren beginnen.

Um die Änderung der eigenen Sprachgewohnheiten zu erleichtern, war das Angebot einer 4-tägigen WOGOPOLOGIE-KUR zustande gekommen, in welcher durch viele Veranschaulichungen von Zusammenhängen und dem eigenen sinnlichen Erleben erkannt werden könnte, wie unverhinderlich destruktiv der bisherige Sprachgebrauch gewirkt hatte. Durch das eigene Erleben während der KUR würde eine anfängliche Bereitschaft zur Änderung, zu einem diesbezüglich tiefen Wunsch werden können, weil dies dabei als sinnvoll und als höchst „notwendig“ erkannt werden und dadurch die Umsetzung der Änderung leichter geschehen würde können – **um, wie das Wort „notwendig“ selbstredend gezeigt hatte, die NOT selbst wenden zu können.**

Das eigene Körper-Energie-System war von den eigenen Formulierungen immer als Erstes betroffen, was weiterhin so bleiben wird. In jedem Körper, in welchem bisher durch verschiedenste Maßnahmen eine Verbesserung eingetreten war, war bereits durch das bisherige Sprechen das erneute Entstehen einer Verschlechterung programmiert worden.

Dies als unabänderlichen Fakt zu erkennen und die Redegewohnheiten zu ändern, würde zur größten, befreiend wirkenden Wortanwendungsmöglichkeit für die ganze Menschheit werden können.

Um den freien Willen jedes Menschen respektieren zu können, waren die Inhalte dieser Information zu einem großen Anteil nur in der Möglichkeitsform / im Konjunktiv geschrieben worden.

Auf www.wogopologie.com waren zahlreiche Informationen bezüglich des befreiend wirkenden Sprachschlüssels bereits veröffentlicht worden. Ebenso würdest Du Dir diesen Text bei Bedarf zur Organisation einer WOGOPOLOGIE-KUR auf der Homepage, in der Wogopolotheke www.wogopologie.com/wogopolotheke/ herunterladen können.

Ich grüße Dich von Herz zu Herz
RAMONA

Nächste Wogopologie Basis Kur

im Gesundheitszentrum EINKLANG vom 14.04.2016 bis 17.04.2016

Weitere Veranstaltungen

Donnerstag 03.03.2016, 19:00 Uhr

Fachvortrag **Schumann Frequenz und Herz-Torus-Feld** mit Andreas Rost

Donnerstag 10.03.2016, 19:00 Uhr

Vortrag **Pflanzenheilkunde – Vital Pilze zur Heilung nutzen** mit Gabriele Giersch

Freitag 11.03.2016 von 19:00 bis 21:00 Uhr

Samstag 12.03.2016 von 10:00 bis 18:00 Uhr

Praxisworkshop **Der Muskeltest in der therapeutischen Praxis – Kinesiologie für Einsteiger** mit Dipl.-Med. Annette Buhmann

Donnerstag 17.03.2016, 19:00 Uhr

„Öle Abend“ - **Feeling - Set und seine Anwendung** mit Ulrike Herman

Mittwoch vor Ostern 23.03.2016, 19:00 Uhr

Impulsprogramm mit dem Thema: **Numerologie** von Heidi Bellmann
19:30 Uhr

Vollmond **Aqua-e-Motion** mit Roswitha Donner in Bad Schandau

Freitag 04.03.2016, 18:00 bis Freitag 11.03.2016 12:00

Heil-Fasten-Woche

Donnerstag 31.03.2016, 19:00

Vortrag **Informationsfeld Medizin** mit Gabriele Giersch



Kontakt, Informationen und Anmeldung:
Gesundheitszentrum Einklang Dresden e.V. · Andreas Rost · Pfaffensteinstraße 1b, 01277 Dresden
Tel. 0171 – 3226788 · einklang.dresden@gmail.com
www.einklang-dresden.com

VERANSTALTUNGEN MÄRZ – MAI 2016

Dienstag, 01.03.2016

19:00–20:30 Uhr **Powerful Mind: Offene Coachinggemeinschaft für ein kraftvolles Bewusstsein** mit Silvia Stiessel · Dresden-Pieschen · B

Donnerstag, 03.03.2016

12:00–16:00 Uhr und am 4.3. 8:00–18:00 Uhr **Coachingtermine** sowie 19:00–21:30 Uhr **Offene Coachinggruppe Gemeinsam neue Wege gehen** mit Astrid Dehnel Dresden-Pieschen · B, C

4.–6. März 2016

täglich 10–18 Uhr **Gesundheits- & Wohlfühlmesse Aktiv & Vital** (siehe Seite 4, 5) in der Messe Dresden (Messehalle 3+4, Parkplatz P7), www.messe-dresden.de

Dienstag, 08.03.2016

19:00 Uhr Vortrag **Wirkung ätherischer Öle auf das limbische System** mit Sibylle Bräuer · Pirna · D

Donnerstag, 10.03.2016

10. – 17.03. **Fastenkurs** mit Jenny Hille Pirna · D

Samstag, 12.03.2016

09:00–16:30 Uhr **10. Chemnitzer Impfsymposium** · Thema: **Ohne Impfungen angstfrei leben** · www.svhgev.de

Montag, 14.03.2016

14. – 18.03. **AMSAT Messungen – Der Weg zur sicheren Diagnose** mit Michael Klaus, Gesundheitsökonom, Heilpraktiker Pirna · D

Dienstag, 15.03.2016

19:00 Uhr Erlebnisvortrag **Grüne lebendige Nahrung – Superfoods in unserer modernen Zeit** gesunde happy hour mit Cornelia Rosenau · Meißen · E

19:00 Uhr **Netzwerktreffen bio-DRESDEN-ELBLAND** diesmal im Heilpraktikerkollegium PIRNA, organisiert von Sibylle Bräuer · D

Mittwoch, 16.03.2016

19:00–20:30 Uhr Erlebnisvortrag **Ätherische Öle – Einführung mit 7 Ölen für den Alltag** mit Cornelia Rosenau · Meißen · E

Samstag, 19.03.2016

19./20.03. **8. Frauenmesse „Bella Vita“** Weiblichkeit-Gesundheit-Spiritualität Motto: „Vom LEBEN berührt SEIN“, jew. 10–18 Uhr · Kraftwerk e.V. Chemnitz www.bella-kalima.de

Mittwoch, 23.03.2016

19:00 Uhr Vortrag **Abnehmen beginnt im Kopf – Erkenntnisse des BioLogischen Heilwissen** mit Katrin Kalbe · Pirna · D

Dienstag, 29.03.2016

16:00 Uhr **Powerful Mind: Offene Gemeinschaft für Helfer** (kostenfreies

Angebot) mit Silvia Stiessel · Dresden-Pieschen · B

19:00–20:30 Uhr Erlebnisvortrag **Ätherische Öle – Einführung mit 7 Ölen für den Alltag** mit Cornelia Rosenau · Meißen · E

Mittwoch, 30.03.2016

19:00 Uhr Erlebnisvortrag **Grüne lebendige Nahrung – Superfoods in unserer modernen Zeit** gesunde happy hour mit Cornelia Rosenau · Meißen · E

Freitag, 01.04.2016

Einlass 17:00 und 18:30 Uhr **Informations- & Schnuppernachmittag rund um Entspannungsangebote** Meridianbehandlung · Loslassübungen Gedankenkraft mit Kirsten von der Heiden und Steffi Böhme · Freital OT Pesterwitz A, F

Samstag, 02.04.2016

17:00 Uhr Ausstellungseröffnung **Drei Malerinnen stellen sich vor**: Ute Lucas, Anita Kruppa, Steffi Böhme · Kuppelhalle Tharandt · F

Donnerstag, 07.04.2016

donnerstags 16:30 Uhr Kursbeginn **Progressive Muskelentspannung** mit Kirsten von der Heiden · Pirna · A, D

12:00–16:00 Uhr u. am 8.4. 8:00–18:00 Uhr **Coachingtermine** sowie 19:00–21:30 Uhr **Offene Coachinggruppe Gemeinsam neue Wege gehen** mit Astrid Dehnel Dresden-Pieschen · B, C

19:00 Uhr Vortrag **Die Numerologie – das Geheimnis der Geburtszahlen** mit Heidi Bellmann · Pirna · D

Samstag, 09.04.2016

11–21 Uhr Augenseminar **„Ich sehe wieder klar!“ – Klare Sicht und gute Laune ohne Brille** mit Dorothea Gerardis-Emisch Pirna · D

Sonntag, 10.04.2016

Smovey-Aktion DRESDEN SCHWINGT Spaß an der Bewegung – Freude am Leben mit den schwingenden Ringen, org. von Katrin Kalbe · www.schwingende-ringe.de Dresdner Elbwiesen

Donnerstag, 14.04.2016

14.–17.4. **Wogopologie Basis Kurs** (siehe Seite 7) im **Gesundheitszentrum EINKLANG Dresden** · G

19:00 Uhr **Netzwerktreffen bio-DRESDEN-ELBLAND** diesmal im **Gesundheitszentrum EINKLANG Dresden e.V.** organ. von Kirsten von der Heiden & Andreas Rost · Dresden · A, G

Montag, 18.04.2016

16:30 Uhr Kursbeginn **Feierabend-Training** zu Phänomenen aus der Kommunikations- und Beratungslehre, mit Kirsten von der Heiden Pirna · A, D

Start: **Ausbildung zum Heilpraktiker für Psychotherapie** (siehe Anzeige Seite 6) www.institut-sven-krieger.de · Dresden

Mittwoch, 20.04.2016

19:00 Uhr **Impfvortrag für junge Eltern** mit Annett Würfel · Pirna · D

Samstag, 23.04.2016

12–20 Uhr **AUTHERA** – die neue Messe in Chemnitz für ganzheitliche, psychotherap./psychol. Ausbildungen und Therapien www.authera.de · schönherr.fabrik Chemnitz

Freitag, 29.04.2016

29. – 30.04. **Powerful Mind intensiv** Tagesseminar: **„Vertraue Deiner Intuition und lerne Deine Schöpferkraft kennen!“** mit Silvia Stiessel · Dresden-Pieschen · B

Dienstag, 10.05.2016

19:00–20:30 Uhr **Powerful Mind: Offene Coachinggemeinschaft für ein kraftvolles Bewusstsein** mit Silvia Stiessel · Dresden-Pieschen · B

19:00 Uhr Vortrag **Wirkung ätherischer Öle auf das limbische System** mit Sibylle Bräuer · Pirna · D

Mittwoch, 18.05.2016

19:00 Uhr **Netzwerktreffen bio-DRESDEN-ELBLAND** diesmal in der **Quelle für Erfolg und Lebensfreude Dresden-Pieschen**, org. von Kirsten von der Heiden & Silvia Stiessel · A, B

Sonntag, 22.05.2016

Smovey-Aktion DRESDEN SCHWINGT Spaß an der Bewegung – Freude am Leben mit den schwingenden Ringen · www.schwingende-ringe.de · Dresdner Elbwiesen

Montag, 23.05.2016

23. – 26.05. **AMSAT Messungen – Der Weg zur sicheren Diagnose** mit Michael Klaus · Pirna · D

Dienstag, 24.05.2016

16:00 Uhr **Powerful Mind: Offene Gemeinschaft für Helfer** (kostenfreies Angebot) mit Silvia Stiessel · Dresden-Pieschen · B

Donnerstag, 26.05.2016

12:00–16:00 Uhr **Coachingtermine** sowie 19:00–21:30 Uhr **Offene Coachinggruppe Gemeinsam neue Wege gehen** mit Astrid Dehnel · Dresden-Pieschen · B, C

Freitag, 27.05.2016

8:00–18:00 Uhr **Coachingtermine** sowie 19:00–21:30 Uhr **Abendseminar Wege zu mir – Leben aus der inneren Kraft** mit Astrid Dehnel · Dresden-Pieschen · B, C

Samstag, 28.05.2016

10-17:30 Uhr **Tagesseminar Wege zu mir – Leben aus der inneren Kraft** mit Astrid Dehnel · Wasserschloss Großknehlen · C

ANBIETERVERZEICHNIS

Resonanzbewusstheit · Dipl.-Ing. Kirsten von der Heiden · Psychol. Beraterin/ Coach/ Trainerin; Entspannung mit AT/PMR, Achtsamkeitsübungen, Berufungs- & Karriereberatung, System. Prozessarbeit, Burn-Out-Prävention, Trauerbegleitung/ -reden · ☎ 01705 Freital ☎ 0351–21088132, 0151–55519714 · info@resonanzbewusstheit.info, www.resonanzbewusstheit.info

Silvia Stiessel · powerful mind, **Quelle für Erfolg und Lebensfreude** · ☎ Leisniger Straße 48, 01127 Dresden Informationen und Anmeldung: ☎ 0172–1331253 · info@psychologieverbindet.de; www.psychologieverbindet.de

Kurs in Wundern - Lesegruppe (kostenfreies Angebot) mo – 07./14./21./28.03.; 25.04.; 09./23./30.05. jew. 19 Uhr **Gemeinsam kraftvoll leben - Studiengruppe** di – 01.03. / 29.03./26.04. jew. 19:00 bis ca. 21:30 Uhr **Offene Gruppe: Gemeinsam neue Wege gehen** mit Astrid Dehnel (C) – do 3.3., 7.4., 26.5. jew. 19-22 Uhr

Leben mit Vision, Herz und Verstand · Astrid Dehnel zert. Coach (DCV), Life- u. Business Coaching, Coachinggruppen u. –Seminare, Schwerpunkt Beziehungen u. pers. Entwicklung, nach Chuck & Lency Spezzano in Berlin & Dresden · ☎ 0170–777627 · Facebook: Coachingzentrum Astrid Dehnel, www.vision-herz-verstand.de

Forum für ganzheitliches Wohlbefinden e.V. Sibylle Bräuer, Vorstandsvorsitzende & Ernährungs-/Lebensberaterin · ☎ Schlosspark 8, 01796 Pirna · ☎ 03501–7103630, Fax: 03501–7103635 · E-Mail info@heilpraktikerkollegium.com · www.forum-fuer-ganzheitliches-wohlbefinden.de/events

Erlebniskochen mit dem Thermomix mit Martina Wecke: 2.3., 6.4., 4.5., 1.6. jew. 19:00 – 21:30 Uhr Kursbeginn: **Progressive Muskelentspannung** mit Kirsten von der Heiden (A) · do – ab 7.4.-16.6. jew. 16:30 Uhr Kursbeginn: **Feierabend-Training** mit Kirsten von der Heiden (A) · do – ab 18.4., 13.5., 27.5. jew. 16:30 Uhr

vitalspecial Rosenau · Informationsmedizin NLS, Vitalnahrungsberatung, Gewichtsmanagement/ Abnehmcoach, Wellnessmassagen mit therapeutischen ätherischen Ölen · ☎ Schweizerstr. 10, 01640 Coswig/Sa. ☎ 03523–5319334, Mobil 0152–24423365 · info@vitalspecial.eu, www.vitalspecial.eu

Holzmalerei Heidrun Heine · Sächsische & Erzbergirische Holzkunst, Herstellung, Verkauf, Restaurierung/Reparatur · Werkstatt-Laden · Öffnungszeiten: Di+Mi+Do 10-18 Uhr · ☎ Altplauen 12, 01187 Dresden · ☎ & Fax: 0351–2640162, Mobil 0172–9130594 · E-Mail: holzma.lerei@web.de, www.holzmalerei-heine.de

Offene Verkaufsausstellung mit teilw. Schaumalen: 12.– 28.3. tgl. ab 8 Uhr The Westin Hotel „Bellevue“ Dresden, Große Meißner Str. 15

NEUE PARTNER IM NETZWERK

Facial Harmony · Steffi Böhme · Meridianbehandlung im Gesicht · ☎ Am Sportplatz 4, 01705 Freital Behandlungsorte: Dresden-Plauen in der Bienertmühle, in Freital-OT Pesterwitz und in Zinnwald ☎ 0351–31909033, Mobil 01522–6238481, steffi.boe@gmx.de, www.steffi-boehme.de

Gesundheitszentrum EINKLANG · ☎ Pfaffensteinststraße 1b, 01277 Dresden · ☎ 0351–2168989 · einklang.dresden@gmail.com · www.einklang-dresden.com

Harmonie und Entspannung für Körper Geist und Seele · Viola Golz · Aromatologin, Lebensberaterin, Bewusstseinsarbeit, Coaching, Vorträge, Seminare, ☎ Meissner Allee 3, 01665 Klipphausen/OT Gauternitz, ☎ 0351–4521393 / 0157–74795396 · viola-golz@gmx.de

Alle Angaben ohne Gewähr.

Details und weitere Informationen auf www.bio-dresden-elbland.de

kunst- und designatelier Carina Zais

Ich gestalte Energie-, Seelen- und erlebbare Bilder. Sie wirken durch ihre Farbpräsenz, Farbfrequenz und Haptik. Sie sind energetisierend, stärkend, beruhigend, klärend, harmonisierend – je nach dem, was benötigt wird. Die Farben und Formen kommunizieren mit dir auf einer tieferen Ebene. Viele Bilder sind auf Stoff gedruckt und mit Fäden und Perlen weiterverarbeitet. Ein persönliches Seelenbild ist der Spiegel deiner Seelenenergie. Es wird dir

eine Kraftquelle sein, zu dir selbst zu finden und dein Schöpferpotenzial zu leben. Als Grafikerin erarbeite ich auch gern individuelle Logos, Flyer u.v.m.

kunst- und designatelier
Carina Zais · Bahnhofstr. 18
01468 Moritzburg
Tel. 0173–5746240
kontakt@carina-zais.com
www.carina-zais.com



Bild: Carina Zais „Lebensbewusstsein“



Bild: Carina Zais „Frühlinglicht“