



eine Initiative  
für bewusstes und nachhaltiges Leben  
im Erzgebirge

### Spruch des Monats

Würden die Menschen  
öfter in sich gehen,  
dann wären sie seltener  
außer sich.



### Aktion



Start:  
17. Juni

### Berlin nach Brüssel

Trotz intensiver Aktivitäten von vielen Initiativen und Personen ist es weiterhin wichtig, die Öffentlichkeit anzusprechen und Bewusstsein für eine gentechnikfreie Welt zu schaffen. Auch der 2. Marsch, organisiert von der Fa. Rapunzel, will Mut machen, sich konstruktiv und positiv für unser Ziel einer gentechnikfreien Zukunft für alle einzusetzen. Diesmal führt der Marsch durch drei Länder und macht Station an wichtigen politischen Standorten:

• • • **Berlin** (Leipzig, Naumburg, Weimar, Erfurt) •  
... **Bonn** • **Maastricht** • **Brüssel**

Hauptziele des Marsches sind Öffentlichkeitswahrnehmung, Bewusstseinsbildung und Eigenverantwortung im Umgang mit der Agro-Gentechnik. Die Aktion will nicht als eine sich im „Dagegensein“ erschöpfende Demonstration verstanden sein, sondern sie will mit der Freude aus dem Laufen heraus Mut machen, unsere Zukunft in eigener Verantwortung aktiv lebenswert zu gestalten. ... für eine in Zukunft gentechnikfreie Land- und Lebensmittelwirtschaft.

Weitere Informationen

[www.genfrei-gehen.de](http://www.genfrei-gehen.de)

### Jubiläumsausgabe 1 Jahr Initiative - bio-erzgebirge -

Ja, es ist 1 Jahr her, als wir die Initiative bio-erzgebirge gründeten. Unsere Absicht war und ist auch heute noch, Menschen zu vernetzen, die sich mit einer ganzheitlichen, bewussten und naturnahen Lebensweise hier im Erzgebirge befassen. Das sind Leute, die nun mit ihrem Wissen und ihren Erfahrungen für ihre Mitmenschen da sind, die Hilfe suchen, auf dem Weg zur ganzheitlichen Heilung von Körper, Geist und Seele.

Seit dem Gründungstag ist unser Netzwerk wunderbar gewachsen. Viele liebe Menschen bringen sich aktiv ein, erfreuen sich an dem Erfahrungsaustausch und den gemeinsamen Aktivitäten. Andere nutzen bio-erzgebirge einfach, um sich zu informieren, sei es bei Treffen, Vorträgen, Seminaren, oder durch Neuigkeiten via E-Mail-Newsletter, per Infoblatt oder einfach im Internet auf unserer Webseite [www.bio-erzgebirge.de](http://www.bio-erzgebirge.de). Wir sehen uns weiterhin optimistisch und engagiert - gemeINSam für ein neues Bewusstsein und eine sonnige Zukunft hier im Erzgebirge.

Danke an alle für die bisherige und zukünftige Unterstützung. Ann König & freunde

**Zum 1-jährigen Jubiläum laden wir ein, an einem kleinem Preisrätsel teilzunehmen** Bitte wenden

### vorgestellt: Jana & Andreas Müller

#### Relax – Gesundheitszentrum

Wussten Sie, dass wir im Januar 1991 die erste private Physiotherapiepraxis in Schwarzenberg eröffnet haben? Seitdem arbeiten wir gemeinsam an der Idee, unsere Mitmenschen auf einem Stück ihres Weges in ein gesundes und fröhliches Leben zu begleiten. Wir sind froh, in den Freunden von der Initiative bio-erzgebirge Gleichgesinnte gefunden zu haben und sehen unsere Aufgabe darin, ganzheitliche Therapie – und Bewegungsformen in unserer Region bekannter zu machen.

Aus diesem Grund organisieren wir für den **05. September 2009** die erste

**Schwarzenberger Gesundheitsmesse**, zu deren Besuch wir Sie jetzt schon ganz herzlich einladen. Es erwarten Sie interessante Menschen mit Vorträgen, Präsentationen und Messungen in den neu gestalteten Räumen des Relax-Gesundheitszentrums.

**Andreas Müller** hat sich seit 1999 auf **osteopatische Techniken** spezialisiert. Beckenschiefstände mit funktioneller Beinlängendifferenz, Rückenschmerzen (auch mit Ausstrahlung in Arme und Beine), Kopfschmerzen, Migräne, Schwindel und Tinnitus bilden dabei den Schwerpunkt seiner Arbeit. Sein therapeutischer Ansatz ist es, den Körper von Spannungen und Blockaden zu befreien sowie Flüssigkeiten und Energien ins Fließen zu bringen. Damit die körpereigenen Heilkräfte in großem Umfang ihrer Bestimmung nachgehen, baut er auf die aktive Mitarbeit seiner Patienten. Gezielte Hausübungsprogramme sind ein Teil davon. Auch als **Referent und Kursleiter** gibt er seine Erfahrungen weiter. Demnächst führt er z.B. Massagekurse für medizinische Laien durch oder vermittelt in Wochenendseminaren sein Wissen zum Thema „Bewegung, Ernährung und Bewusstsein managen“.

**Jana Müller** arbeitet schon viele Jahre als **AerobicTrainer** und seit zwei Jahren als **Cantienica – Coach**. Mit viel Nähe, Individualität und wirkungsvoll kümmert sie sich um Fitnessbegeisterte, nach neuer und natürlicher Fitness Suchende sowie Schmerzgeplagte im Kurs oder im Einzelunterricht. Als Sportbegeisterte ist die **Übersäuerung** ein wichtiges Thema, sei es, um die eigene Arbeitskraft zu erhalten oder um das Wissen an alle Interessierten weiterzugeben. Sie führt **Cellulitekuren** durch und wendet die basische **Cellulitebehandlung** und **Kräuterstempelmassage** an. Ihre Leidenschaft gehört dem Wirken als **Dance Instructor** vom leichten Tanzen mit Senioren bis zur Anleitung von Leistungssportlern im Sport- und Bildungszentrum Rabenberg.

Besuchen Sie uns und lernen Sie die vielfältigen Möglichkeiten kennen, etwas für sich zu tun. Wir freuen uns auf Sie.

**Jana und Andreas Müller**  
Anton-Günther-Str. 1, Schwarzenberg

[www.relax-mueller.de](http://www.relax-mueller.de)  
Tel.: 03774/25907 Fax .../20184





**Frage:** (Antwort im Infoblatt enthalten)

**Was ist das Grundgesetz  
allen Lebens?**

Unter allen richtigen Einsendungen  
verlosen wir:

1. **Einkaufsgutschein** für den Bioladen  
Schwarzenberg im Wert von 30,00 Euro
2. **Energiekegel** zum Ausgleich  
von Störfeldern
3. eine **Ilahinur-Energie-Übertragung**  
zur Harmonisierung von Körper u. Geist

**Ihre Adresse:**

Vor- u. Zuname: \_\_\_\_\_

Straße / Nr.: \_\_\_\_\_

PLZ / Ort: \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

- o bitte informieren Sie mich regelmäßig  
per E-Mail (Newsletter)
- o bitte um zukünftige Zusendung von  
**Infoblättern zum Verteilen &  
Auslegen**
- o bitte nehmen Sie mit mir Kontakt auf

Bitte ausschneiden  
und im **Bioladen SZB / Erla** abgeben  
oder senden an (bis 15.07.09):  
**Ann König, Kupferweg 12,  
08359 Breitenbrunn**

## Heilpflanze des Monats Walderdbeere

Diese kleine und unscheinbare Pflanze wächst in lichten Wäldern, an Waldrändern, Böschungen und auf Kahlschlägen. Neben Gerbstoffen und verschiedenen Mineralien enthalten die Früchte Vitamin C, Flavone und etwas ätherisches Öl.

Geerntet werden die Blätter bereits von April bis Mai. Die leckeren Früchte können von Juni bis Juli gepflückt werden. In der Antike war die Erdbeere als Heilpflanze unbekannt, im Mittelalter fand sie nur vereinzelt Beachtung. Bei den Germanen galten die Erdbeeren als eine Pflanze der Fruchtbarkeitsgöttin Freya.

In der Volksmedizin werden die im Frühjahr geernteten Blätter für einen Tee bei Magen- und Darmbeschwerden, insbesondere bei Durchfallerkrankungen verwendet. Aber auch bei Würmern, Leber- und Gallenleiden, Hämorrhoiden, Asthma und Menstruationsproblemen galt der Erdbeerblättertee als sehr hilfreich. Die frischen Früchte wurden bei Schwächezuständen, Blutarmut, Blasenleiden, Rheuma und Gicht gegessen.

Für einen Haustee, der täglich getrunken werden kann, sammelt man die Blätter vor der Blüte. Zusammen mit Waldmeister kann man einen wohlschmeckenden Haustee bereiten, den schon Pfarrer Kneipp empfahl.

Erdbeeren, die in großflächigen Kulturen gezogen und mit Dünger bzw. Pflanzenschutzmittel behandelt wurden, sollten für medizinische Zwecke keine Verwendung finden.

Heilpraktikerin Birgit Münzner

## Rezept des Monats Süße Nachspeise mit Wildbeeren

100 g Hirse, sehr fein mahlen  
370 ml Wasser  
1-2 El Honig oder andere nat. Süßungsmittel  
1/4 l süße Sahne  
1/2 TL Vanillegewürz  
200 g Wildbeeren  
(wilde Erdbeeren, Blaubeeren oder anderes Obst)

Das Hirsemehl mit dem Schneebeesen in kaltes Wasser einrühren. Honig zugeben. Unter ständigem Rühren zum Kochen bringen. Ca. 3 min kochen lassen. Kräftig mit dem Schneebeesen rühren - ausquellen lassen. Unter die abgekühlte Speise die geschlagene Sahne heben. Vanillegewürz zum Schluss unterziehen. Das Beerenobst als ganze Früchte oder püriert dazureichen!!

**Guten Appetit wünscht Sandra Müller!**

**Nächster Kinder-Kochkurs am  
18.06.09, 16.00 Uhr im Bioladen SZB**

Tel: 0172/7942419



Foto: Lothar Seifert www.l-seifert.de

## BewusstSEIN



Wenn wir begreifen, nach welchen Gesetzen das Leben funktioniert, fällt es uns leichter, Probleme und Krankheiten zu akzeptieren und zu verstehen, warum die Dinge so geschehen und nicht anders. Deshalb werden zukünftig hier die grundlegenden Gesetze des Lebens aufgeführt und erläutert:

### - Das Gesetz der Liebe und des Annehmens -

Die Liebe ist das Grundgesetz des Lebens, der einen, universellen Kraft, die selbst ein unendliches Meer der Liebe ist. Alles, was existiert, wurde aus dieser unerschöpflichen Quelle geboren und wird eines Tages wieder in diesen Ozean zurückkehren. Demnach ist jedes einzelne Wesen nichts anderes als Liebe. Wer dies erkennt, kann Krankheit, Leid und Schmerz überwinden.

Wenn wir gelernt haben, bewusst und bedingungslos zu lieben, dann sind wir eins mit uns selbst und mit allem was ist. Unser Glück finden wir nicht, indem wir es abhängig machen von Partner, der Erfüllung eines Wunsches oder einer Vorstellung. Wahre Freude zeigt

sich, wenn wir bereit sind, all das anzunehmen, was das Leben für uns bereit hält.

Dies bedeutet, uns selbst, mit all unseren guten und scheinbar weniger guten Eigenschaften zu akzeptieren und zu lieben. Das heißt auch, jeden anderen Menschen zu respektieren und ihn so anzunehmen wie er ist. Weiterhin bedeutet es, alle Dinge, die sich im Leben ereignen, dankbar anzunehmen und darauf zu vertrauen, dass sie uns weiterbringen und dass wir daran wachsen. Wir müssen lernen, alles zu akzeptieren, wie es ist - ohne Urteil - und erkennen, dass alles einen Sinn hat. Dann öffnen sich uns alle Tore und wir werden zu dem, was wir im Innern schon immer waren: zu einem authentischen Menschen mit einem erwachten Bewusstsein der Liebe.

Lebensschule & Lebensberatung ANNERCHI, **Ann König**  
Tel: 037756-80696, [www.annerchi.de](http://www.annerchi.de)

## Bio-Gartentipp Wildpflanzen im Garten in Liebe für Biene, Vogel, Schmetterling & Co.



Foto: Lothar Seifert www.l-seifert.de

Schauen wir uns viele Gärten an. Dort erfreuen wir uns an exotischen und hochgezüchteten, kultivierten Blumen und Sträuchern inmitten gemulchter, eintöniger Rasen- und Koniferenwüsten. Doch beim genaueren Hinschauen fehlt etwas - das Lebendige. Unsere Tiere wie Biene, Vogel & Co. können mit exotischen Blüten und Strauchfrüchten nur wenig anfangen. Sie haben sich durch Jahrtausende lange Evolution auf unsere heimischen Wildpflanzen und deren Früchte angepasst, die sie nun in unseren heimischen Gärten kaum noch vorfinden. Z.B. fressen 63 Vogelarten die Vogelbeere, 43 vom gem. Wacholder oder 24 vom roten Hartriegel. Dahingegen können 0 ansässige Vogelarten mit Azaleen oder Rhododendron und nur 2 mit den Früchten des Essigbaums etwas anfangen. Nicht anders sieht es bei Bienen und Schmetterlingen aus. Das ist wie der Schlüssel zum Schloss. Wildbienen sind spezialisierte Blütenbesucher und auf heimische Wildblumen angewiesen. Ergo: Wollen wir unsere Gärten wieder tierisch beleben, dann fangen wir doch an, regionale Wildsträucher und -hecken mit z.B. Wildrosen zu pflanzen und einen Teil im Garten als Naturwiese zu belassen. So erfreuen wir uns bald wieder an einer Fülle lebendigen Treibens.

Danke - im Namen der Tiere!

SAK

## ganzheitlich heilen Bio-Resonanz

### Schöne Tage unbeschwert genießen

Lange Spaziergänge, Grillen oder Sport im Freien - wenn in Frühling und Sommer schöne Tage nach draußen locken, können leider nicht alle Menschen die frische Luft unbeschwert genießen. Denn es ist auch die Zeit der Pollen, Sporen und des Heuschnupfens. Mithilfe der **Bioresonanztherapie** ist eine dauerhafte Linderung der Beschwerden möglich, denn die Behandlung basiert auf der Erkenntnis, dass sich alle Stoffe und Körper durch individuelle Frequenzmuster auszeichnen. Während der Therapie verändern wir die Reaktion des Körpers auf die Allergene. Die Frequenzmuster werden entsprechend erkannt, vom Gerät umgewandelt und über Elektroden an den Patienten zurückgegeben, völlig schmerz- und nebenwirkungsfrei. Die Selbstregulationsfähigkeit des Körpers wird aktiviert und er lernt wieder, Pollen und andere Allergene zu akzeptieren und nicht mehr abzustoßen. In der ersten Sitzung wird genau bestimmt, auf welche Substanzen der Körper allergisch reagiert. Dabei erfolgt unabhängig vom Allergieverdacht auch eine Analyse der Grundnahrungsmittel (z.B. Weizen, Milch, Ei), denn oft schwächen sogenannte maskierte Nahrungsmittelunverträglichkeiten das Immunsystem und rufen so weitere Allergien hervor, auch Blockaden wie Narben, Schwermetall- und Impfbelastungen usw. werden erkannt und in die Therapie mit einbezogen.



Wenn sie zu den „Geplagten“ gehören oder sich aufgrund anderer Beschwerden für die Bioresonanztherapie interessieren, stehen wir ihnen gern für ein kostenfreies Informationsgespräch bereit.

**Naturheilpraxis Julia Gruner & Birgit Lang,**  
Str. d. Friedens 4a, 08352 Raschau  
Tel.: 03774/ 869867 oder 037757/ 18635,  
E-Mail: gruner.julia@gmx.de



## gesund bleiben mit **YOGA** im Erzgebirge



Yoga ist eine ganzheitliche Lehre vom Leben, die vor Tausenden von Jahren ihren Ursprung in Indien hatte. Es ist das älteste System der Welt zur persönlichen Entwicklung. Es vereint Körper, Geist und Seele. Die alten Yogis besaßen ein tiefes Verständnis der menschlichen Natur. Sie wussten genau, was der Mensch braucht, um mit sich und seine Umwelt in Einklang zu leben. So verbanden sie Übungen zur Erhaltung der physischen Gesundheit mit Atemübungen und Meditation, die für den Frieden im Geist sorgen. Diese wohltuenden Übungen in unserer heute oft so hektischen Zeit zu holen, hilft uns, die Ruhe in uns Selbst, unsere wahre innere Quelle wieder zu finden.

### Anett Roszeitis

Kurse in **Schwarzenberg**

#### täglich Montag - Donnerstag

Yoga-Kurse für Anfänger, Fortgeschrittene, für den Rücken, Senioren, Schwangere

#### Yoga-Ferien auf Rügen

07. - 13.06.09 / 18. - 24.10.09 / 15. - 21.11.09

#### Yoga-Werkstatt

**24.7.-9.8.09** 2 Wochen täglich Angebote zum Reinschnuppern in Yoga, Bauchtanz, Meditation, Ayurveda, Mantra Singen, Trommeln, optimale Ernährung und und und ... **Wer sich auch gern einbringen möchte, bitte, Kontakt aufnehmen:**

#### Yoga-Zentrum Schwarzenberg Anett Roszeitis

Yogalehrerin, Heilpraktikerin, Ayurveda, Ernährungsberatung

Obere Schloßstr. 7, 08340 Schwarzenberg,

**Tel: 03774 - 336861, www.yoga-schwarzenberg.de**

### Katrin Zehm Kurse in Aue

**20.7.-10.9.09** 10x **Breath-Walking** - das neue **Yoga - Walking**/Anmeldungen bis 13.7.09

**22.9.-1.12.09** 10x **Yoga für den Rücken** und 10x **Yoga für Alle(s)** / Anmeldungen bis 15.9.09

**25.9.-4.12.09** 10x **Yoga - Grundkurs** und 10x **Yoga für Alle(s)** / Anmeldungen bis 15.9.09

#### Sonntag, 6.9.09 **Yoga-Workshop**

„Im Herzen sein“ mit Gopinde Singh 16.00 - ca. 20.00 Uhr im Gesundheitszentrum Relax

#### Ganzheitliches Gesundheitsstudio

##### Katrin Zehm

~~~~~  
Kundalini-Yogalehrerin, Ayurvedische Massagetherapeutin, Personaltrainerin, Ausbilderin beim DTB und olympischen Sportbund

~~~~~  
Zschorlauer Str. 72, 08280 Aue

**Tel: 03771-731044, Fax: - 251550**

E-Mail: ans.aue@freenet.de

## Für Sie sind wir da:

### Bioladen

**Gertraude Drechsel** [www.bioladen-schwarzenberg.de](http://www.bioladen-schwarzenberg.de)  
Bioladen, Beratung für Ernährung, Wasser, Salz u.v.m.  
Gießereistraße 2, Schwarzenberg OT Erla, Tel. 03774-25958

### Heilpraxen

**Roszeitis Anett** [www.yoga-schwarzenberg.de](http://www.yoga-schwarzenberg.de)  
**Yoga-Zentrum**, Heilpraktikerin, **Ayurveda**, Ernährungsberatung  
Obere Schloßstr. 7, Schwarzenberg, Te: 03774 - 336861

**Gruner Julia & Birgit Lang** E-Mail: [gruner.julia@gmx.de](mailto:gruner.julia@gmx.de)  
Heilpraxis, Bioresonanz, Touch for Health, Klinische Hypnose  
Str. d. Friedens 4a, Raschau, Tel: 03774-869867

### Ganzheitliche Physiotherapien / Gesundheitszentren

**Ina Klinger** [www.lebensfreude-ina-klinger.de](http://www.lebensfreude-ina-klinger.de)  
Ganzhrtl. Physiotherapie, Aura Soma, Heilmassagen, Bachblüten,  
Lebensberatung, Bergmannsgasse 1, Schneeberg, Tel.: 03772-3729056

### Jana & Andreas Müller

[www.relax-mueller.de](http://www.relax-mueller.de)  
Relax-Gesundheitszentrum, Osteopathie, ganzheitliche Gesundheitsschule, innovative Bewegungsformen, Breuss auf dem Schwingkissen, Entsäuerung und Entschlackung  
Anton-Günther-Str. 1, Schwarzenberg, Tel: 03774-25907

### Katrin Zehm

E-Mail: [ans.aue@freenet.de](mailto:ans.aue@freenet.de)  
Ganzhrtl. Gesundheitsstudio, Kundalini-Yoga, **Ayurveda**, ganzhrtl. Gesundheitstraining  
Zschorlauer Str. 72, Aue, Tel: 03771-731044

### Ganzheitliche Gesundheits- und/oder Lebensberatung

**Sylvie Weißbach** [www.biohummel.de](http://www.biohummel.de)  
Gesundheitsberaterin, Dunkelfeld-Mikroskopie, Ernährung, Entsäuerung  
Alte Annaberger Str. 22a, Schwarzenberg, Tel: 03774-505668

### Grit Mustroph

[www.pranahheilung-dresden.de](http://www.pranahheilung-dresden.de)  
Pranaheilung, Behandlungen, Infovorträge, Seminare  
Hauptstraße 19, Breitenbrunn, Tel: 037756-1516

### Petra Hölig

[www.ihr-leben-meistern.de](http://www.ihr-leben-meistern.de)  
Psychologische Beratung, Reiki, **Tai Chi**, Senioren-Service  
Köselitzplatz 2, Annaberg-Buchholz, Tel: 03733-429597

### Kerstin Richter

Bioenergetikerin Extrasens, Dorn-Breuss Wirbelsäulenthherapie, guter gesunder Schlafplatz, Wasser als Lebensmittel Nr. 1, Säure-Basen-Verhältnis  
Breitenbrunner Str. 4, Rittersgrün, Tel: 037757-7460

### Ann König

[www.annerchi.de](http://www.annerchi.de)  
lebensschule ANNERCHI, redaktion Infoblatt, Initiative **bio-erzgebirge**,  
Lebensberatung, Geomanti, Licht- und Energiearbeit, Iahinur  
Kupferweg 12, Breitenbrunn, Tel: 037756-80696

Eintrag gewünscht?  
E-Mail an [info@bio-erzgebirge.de](mailto:info@bio-erzgebirge.de)  
oder Tel: 037756-80696



Erzregio akzeptiert  
[www.erzregio.de](http://www.erzregio.de)

### Birgit Münzner

Kurse in **Johanngeorgenstadt**

**Yoga Mittelstufe sanft** Mittwochs 17:30  
Uhr (Neuer Kurs ab 17.06.)

**Yoga für den Rücken** Mittwochs 19:30  
Uhr (neuer Kurs ab 17.06.)

**Yoga Mittelstufe fordernd** Donnerstags 19:30  
(offene Stunde)

Yoga Therapie nach Terminvereinbarung  
Yoga für Kinder neue Kurse beginnen im August  
nähere Informationen unter  
**www.naturheilpraxis-muenzner.de**

#### Naturheilpraxis Birgit Münzner

Heilpraktikerin/Yogalehrerin

~~~~~  
Reiki Yoga Atemtherapie Darmsanierung  
Psycho-Kinesiologie Craniosacrale Therapie

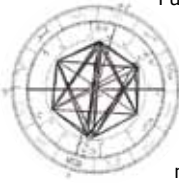
~~~~~  
Auenstraße 1, 08349 Johanngeorgenstadt

**Tel. 03773 - 586786** Fax. - 882379

mobil 0162 - 3371669

E-Mail: [info@naturheilpraxis-muenzner.de](mailto:info@naturheilpraxis-muenzner.de)

## Astro-Tipp Juni



Für den gesamten Juni erhöht Venus in der Nähe von Mars, das Liebesglück, mit Ausnahme der letzten Tage, die unter Spannungen stehen. Am 04.06.09 fördert Mars und Pluto die Tatkraft, wird aber durch Sonne quer zu Saturn behindert: Viel Kraft und Durchhaltevermögen bei Zielerreichung ist notwendig. Der Vollmond am 07.06.09 und die darauffolgenden Tage machen lebendig. Merkur-Neptun fördern Intrigen! Am 14.06.09 zieht Merkur in die Zwillinge, in seinem Element wird er kontaktfreudig und heiter uns begegnen. Mit ein paar Ausnahmen ein aufregender und lebendiger Monat.

Eure Brigitte Tel. 03774-24451

## Produktvorstellung WASSER (Fortsetzung)

Der Mensch besteht zu 70 % aus Wasser, das Gehirn sogar zu 90 %. Hier wird jedem klar, dass gutes reines Wasser das Wichtigste zur Gesunderhaltung des Organismus ist. Wasser ist etwas Hochsensibles. Die heutige normalen Wasserbehandlungen zerstören oft die Struktur des Wassers. Damit wird es zu einer trägen teils handlungsunfähigen Flüssigkeit. Also Wasser ist nicht gleich Wasser. Es muss in seiner ursprünglichen lebendigen Form mit all seinen Mineralien erhalten bleiben. Die Mineralien und Spurenelemente im Wasser sind verantwortlich für die Frequenz, also die Schwingung oder die Erhaltung der Energie. Nur so kann Wasser auch in Resonanz mit dem Körper treten. Reines lebendiges Quellwasser entspricht diesen hohen Anspruch und kann seine Aufgabe im Körper erfüllen, z.B. für:

- Stoffausgleich in den Zellen
- Lösungs- und Transportmittel
- Nahrungsaufnahme und Verdauung
- Entgiftung und Ausscheidung
- Temperaturregulation
- Zur Bildung von Blut und Lymphe
- die Funktion aller Organe
- Leber, Niere, Gehirn und und und .....



Im Bioladen Schwarzenberg sowie in den meisten Bioläden und Reformhäusern finden Sie reine natürliche lebendige Quellwässer, welche den Kreislauf vollendet haben und durch eigenen Druck an die Erdoberfläche kamen (nicht gepumpt und nicht ozonbehandelt).

Das sind alle Wässer der Firmen [St. Leonhard](#), [Lauretana](#), [Plose](#) und [Artesia](#).

Um ihr Leitungswasser wieder schadstoff-frei und lebendig zu machen, bieten sich die Aktiv-Kohleblock-Filter von Carbonit und z.B. die Wasservitalisierer von Alvito an.

Dazu das **Angebot des Monats** im Juli 5% auf Carbonit-Filter-Anlagen im Bioladen SZB

**Mehr zu diesem Thema - Vortrag „Wasser - unser wichtigstes Lebensmittel“ beim nächsten Bio-Treff** am Di, den **07. Juli 09** um **18.00 Uhr** im **Bioladen SZB/Erla**

Ihre Gertraude Drechsel, Bioladen Schwarzenberg - OT Erla  
Gießereistr. 2, Tel: Tel.: 03774/25958, [www.bioladen-schwarzenberg.de](http://www.bioladen-schwarzenberg.de)

## Termine monatlich

Jeden **1. Dienstag** (9.6.) 18.00 Uhr **Bio-Treff mit interessanten Vorträgen** im Bioladen SZB/Erla, [www.bioladen-schwarzenberg.de](http://www.bioladen-schwarzenberg.de)

jeden **1. Freitag** (5.6.) 20.00 Uhr **Barfuß Tanz** mit Anett Roszeitis im Yoga-Zentrum SZB, Tel 0174-3149995, [www.yoga-schwarzenberg.de](http://www.yoga-schwarzenberg.de)

jeden **1. Samstag** (6.6.) 16.00 Uhr **Familienstellen** mit Anett Roszeitis im Yoga-Zentrum SZB, Tel: s.o.

jeden **2. Dienstag** (9.6.) 19.00 Uhr **Treffpunkt „Bewusstes Leben“** Physiotherapie Ina Klinger, Schneeberg, [www.lebensfreude-ina-klinger.de](http://www.lebensfreude-ina-klinger.de)

jeden **2. Mittwoch** (10.6.) 9.00 Uhr **Frauenfrühstück** in der Werkstattküche Yoga-Zentrum SZB, [www.annerchi.de](http://www.annerchi.de)

jeden **3. Montag** (15.6.) 20.00 Uhr **Spirituelle Stammtisch** im Café Piano SZB, [www.annerchi.de](http://www.annerchi.de)

jeden **3. Freitag** (19.6.) 19.30 Uhr **Lichtkreis** zum gemEINSam SEIN mit Mantrén singen, trommeln und Meditation mit Samina & freunde im Yoga Zentrum SZB, [www.annerchi.de](http://www.annerchi.de)

## Heute schon gelacht?

**Mutter: „Jimmi, bist du etwa mit der neuen Hose hingefallen?“**  
**Jimmi „Ja, Mami, es ging so schnell, ich konnte sie nicht erst ausziehen!“**

Osho

Empfehlung: 3 min tgl. herzlich lachen und danach in den Spiegel schauen!

## Veranstaltungstipps Juni

datum	zeit		ort
Di, 09.06.	18:00	<b>Bio-Treff „EM-Stammtisch - live auf dem Bauernhof“ bei Familie Ficker in Schwarzbach</b> , Infos bei Gertraude im Bioladen Schwarzenberg 03774-25958	Schwarzbach
Di, 09.06.	19:00	<b>Treffpunkt „Bewusstes Leben“</b> Thema: „ <b>Was deine Krankheit dir sagen will</b> “ Die Sprache des Körpers verstehen lernen, Hintergründe sowie geistig/seeleische Ursachen von Krankheiten erkennen damit sie ursächlich behandelt werden können mit Ina Klinger, pro Person € 5,-, Infos und Anmeldung 03772-3729056 <a href="http://www.lebensfreude-ina-klinger.de">www.lebensfreude-ina-klinger.de</a>	Physiotherapie Ina Klinger Bergmannsgas. 1, Schneeberg
Mi, 10.06.	19:00	<b>Infotreffen „ERZREGIO“ Ein Gutschein mit unglaublichen Potential um den regionalen Wirtschaftskreislauf anzuregen.</b> Alle Interessenten sind herzlich eingeladen, abgelaufene Scheine können umgetauscht werden, Infos <a href="http://www.erzregio.de">www.erzregio.de</a>	Bücherwelt Schwarzenberg am Bahnhof
Do, 18.06.	16:00	<b>Bio-Kochkurs für Kinder</b> ab 4 Jahre, € 4,- mit Sandra Müller, Anmeldung Tel: 0172/7942419 od. Bioladen SZB/Erla, Dauer ca. 1 1/2 Stunde	Bioladen SZB / Erla
Sa, 13.06.	10-14	<b>Erlebniswanderung DIE NATUR MIT ALLEN SINNEN ERLEBEN</b> mit Ina Klinger Fühlen, sehen, riechen, schmecken... das innere Kind aufleben und sich überraschen lassen. Umgebung von Schneeberg, Treffpunkt Praxis, pro Person 10,- € Infos und Anmeldung 03772-3729056, <a href="http://www.lebensfreude-ina-klinger.de">www.lebensfreude-ina-klinger.de</a>	Schneeberg
So, 21.06.	14:00	<b>SommerSonnenWende - Wanderung zur Himmelswiese</b> Richtung „Halbmeile“ mit Picknick im fröhlichen MitEINander, Start Abenteuerspielplatz Breitenbrunn Infos Ann König, Tel:037756-80696, <a href="http://www.annerchi.de">www.annerchi.de</a>	Breitenbrunn / Halbmeile
Sa, 27.06.	10-18	<b>Tageskurs „Einführung in die Numerologie“</b> mit Dipl.-päd. Karla Seiffert, Honorar pro Person € 150,00 Infos und Anmeldung bei Hannelore Windisch Tel: 03771-33562	Gaststätte „Schachtelhalm“ in Elterlein

datum	zeit	Vorschau für Juli	ort
Di, 07.07.	18:00	<b>Bio-Treff</b> Vortrag „ <b>Wasser - unser wichtigstes Lebensmittel</b> “ mit Gertraud Drechsel, Infos im Bioladen SZB/Erla, Tel: 03774-25958, <a href="http://www.bioladen-schwarzenberg.de">www.bioladen-schwarzenberg.de</a>	Bioladen SZB / Erla Schwarzbach
ab 20.07. jeden Montag	18-20	<b>Kurs „Breath Walking - das neue Yoga-Walking“</b> mit Katrin Zehm Lerne verschiedene Gangarten zur Vitalisierung von Körper, Geist und Seele, Infos und Anmeldung bis zum 10.7., Tel.: 03771 / 731044, E-Mail: <a href="mailto:ans.aue@freenet.de">ans.aue@freenet.de</a>	Aue, Zschorlauer Str. 72