



Spruch des Monats

*„Wer mit sich selbst
zuFRIEDEN ist,
ist es auch zu zweit.“*

- Mandy Frank-
Ayurveda Therapeutin in Aue
www.ayurveda-mandy-frank.de

Themen:

Der Apfelbaum

Alsfelder Beschlüsse

vom 9.11.2012

Hauptthema:

LIEBE

Das Geheimnis der Liebe

Den Partner erkennen
und Liebe leben

Weihnacht - Fest der Liebe

Yogatherapie

Meridiansysteme

Vorgestellt:

Biohof Meyer Rittersgrün

Gesunder Schlaf:

Naturschlafsysteme

Insektenschutz

Zimmerpflanzen

Willkommen beim Netzwerk



Infos bei www.bio-erzgebirge.de

Aktuelles im bio-erzgebirge BLOG

TAUSCHRING bio-erzgebirge

zeitnah informiert mit E-Mail Rundbrief

und bequem mit Infoblatt Abo.

www.bio-erzgebirge.de

Auch einen Beitrag schreiben?

Vielleicht gibt es ein wichtiges Thema, Bild oder Foto, was Du gern mit uns allen teilen möchtest. Dafür einfach eine 1/4 Seite im nächsten Infoblatt zum Druckkostenanteil von 59 € buchen.

INFOBLATT - Eine Zeitschrift VON UNS und FÜR UNS.

Absprachen und Zusendung bis zum
10.1.2013 an Ann König,
Tel: 037756-80696, info@bio-erzgebirge.de

überreicht von (Stempel):

Rezept-Tipp: (von Sandra Müller)

Ratatouille



Soße:

- 2 Paprikaschoten, rot, entkernt
- 2TL Olivenöl
- 1 Knoblauch, gehackt oder gepresst
- 1 mittlere Zwiebel, klein gehackt
- 3 Tomaten, geviertelt
- 1 Bund Thymian oder 1 TL getrocknet
- 1 Bund Petersilie
- 1 Lorbeerblatt
- Salz

- für die dickflüssige Soße die Paprika im heißen Backofen solange backen, bis sie Blasen werfen, dann abkühlen lassen und enthäuten
- Öl, Knoblauch und Zwiebeln in einem Topf erhitzen, kurz andünsten
- Tomaten, Thymian und Lorbeerblatt hinzufügen, alles zusammen leicht einkochen lassen
- mit Salz und den Kräutern würzen
- die Soße in eine feuerfeste Auflaufform geben
- den Backofen auf 135 Grad vorheizen

Gemüse:

- 1 Zucchini
- 1 Aubergine
- 1 kleiner Kürbis
- 4 große Tomaten
- ½ TL Olivenöl
- Salz und Pfeffer

- Gemüse in dicke Scheiben schneiden, abwechselnd, fächerförmig über die Soße schichten
- Olivenöl mit Salz und Pfeffer mischen und darüber geben
- die Auflaufform mit Alufolie abdecken und im Backofen 2 Std backen, die Folie entfernen und weitere 30 min backen lassen
- zum Servieren das Gemüse mit einem Bratheber auf einen Teller schichten und mit der Soße etwas garnieren

Weihnachtsbäckerei für Groß und Klein im Kunsthaus in Eisenstock!

am Do, den 13.12.2012 16:30 Uhr

Gemeinsam backen wir vollwertige Weihnachtskostlichkeiten. Beitrag: Kinder 6 €, Erwachsene 12 € (zusammen nur 15 €) mit Vollwertköchin Sandra Müller, Anmeldung 0172-7942419 oder im Kunsthaus Eib.

Neue Kinderkochkurse im BioMarkt SZB:
17.01.2013 um 16:00 Uhr, Dauer 1,5 Std., 8 € p.K.

Über die Heilkraft der Bäume Der Apfelbaum

(von Hendrik Heidler)

Die Redewendung „Der Apfel fällt nicht weit vom Stamm“, ist vielen bekannt und birgt doch auch noch andere, verborgene Seiten in sich. So kennt die Naturheilkunde innere Beziehungsgeflechte der Natur, die leider von modernen Denkern oft als abergläubisch belächelt werden. Bei genauerem Hinsehen zeigt sich jedoch oft erstaunliches. „Heile ähnliches mit ähnlichem ... innen wie außen ... wie im kleinen auch im großen“, sind nur einige Ergebnisse genauer Naturwahrnehmung.

So ist der Apfel zumeist fest und rundlich, daher heilt er auch Verhärtungen im menschlichen Gewebe und wird gar bei Krebtherapien empfohlen. Aber auch seine Form offenbart überraschende Anwendungen. Bekannt sind die Ähnlichkeiten zu weiblichen Brüsten und dem Gesäß. Beides herausragende Fruchtbarkeitszeichen, und so gilt der Apfel seit Jahrtausenden als Fruchtbarkeitsförderndes Nahrungs- und Heilmittel.

Foto Apfel: © Peter Franz Pixello.de



Der Baum, der solche Früchte trägt, stammt: vermutlich aus Zentral- oder Westasien und ist inzwischen überall auf Erden bekannt. Das Bild des Reichsapfels als Erdkugel verdeutlicht das auf interessante Weise. Entgegen landläufigen Wissens finden sich heilsame Kräfte jedoch



Foto: © Angelika Wolter Pixello.de

nicht nur im Apfel selbst, sondern auch in Rinde, Wurzel und Blättern. Allgemein kann die Wirkung (insbesondere) der Frucht als stärkend und aufbauend (z. B. bei und nach zehrenden Erkrankungen) und regulierend auf die Verdauungsorgane wirkend beschrieben werden. Auch gibt es Berichte, wie durch den täglichen Verzehr naturbelassener Äpfel Krebserkrankungen heilsam beeinflusst wurden. Aber er wirkt auch blutbildend, wundheilend, entschlackend und fettstoffwechselanregend. Bekannt ist außerdem die positive Wirkung bei Durchfällen, allgemeiner Übelkeit und Fettleibigkeit (siehe seine Form). Er ist also bestens geeignet, wieder Lebendigkeit und Form in Körper und Geist zu bringen. Unzählige weitere Anwendungen sind der Volksheilkunde bekannt, die teilweise auch ins Spirituelle gehen, wie das Bestreichen von Warzen und Hühneraugen mit aufgeschnittenen Apfelscheiben zeigt.

Traumzeitpraxis Hendrik Heidler – Bergschamane
Leben mit Absicht, Hingabe und Traum
Telefon 037349 8807
www.hendrik-heidler.de



Ratgeber: Gesundes Weihnachten

Bio-Qualität besonders zu Weihnachten

Natürlich macht ein Festtagsessen noch viel mehr Freude, wenn es unserem Körper auch gut tut, d.h. wenn die Gerichte aus besten Bio-Zutaten zubereitet werden, die ohne chemische Düngung und Schädlingsbekämpfungsgiften herangewachsen sind.

Und wenn es schon ein tierischer Festtagsbraten sein soll, achten wir auch hier auf das Bio-Siegel. Bio-Geflügel können wir im nächsten Bioladen oder beim Biohof bestellen. Beim Fest der Liebe regt sich dann auch kein schlechtes Gewissen, dass das Tier kein liebevolles Leben hatte und wir nehmen nicht die Energie der Massentierhaltung auf, von den Tieren, die in ständiger Todesangst gequält und mit Chemienahrung vollgestopft wurden.

Weitergedacht: Wie wäre es in diesem Jahr damit? **LEBEN schenken - Vegetarische Weihnacht** Denn bei aller Freude inmitten von Räucherkerzelduft und Lichterglanz vergessen einige von uns, dass viele tausend Tiere, nach einem kurzen Leben als Festtagsbraten auf unserem Teller landen. Das muss jeder für sich entscheiden. Es liegt in unserer Hand. Alternativen gibt es genug und seien es einfach die „Grünen Kließ, Rotkraut

und Schwammbrüh“. Zum Sattwerden reicht es allemal. Auch aus andere Alternativen wie Tofu oder Seitan lassen sich gute schmackhafte Ersatzbraten zaubern. Wo ein Wille ist, ist ein Weg ...

Es geht ja um das Leben der Tiere.

Weitere Bio-Tipps für Weihnachten

Bio-Weihnachtsbaum kaufen, der aus durchforsteten Kulturen stammt, wenn möglich lebendig im Topf für späteres Wiedereinpflanzen.

Bio-Weihnachtsbaumkugeln & Co.

Wir, als umweltbewusste Verbraucher greifen möglichst zu natürlichen Materialien, z.B. getrocknete Früchte, Nüsse, Zapfen, aus Stroh und Bast Gebasteltes, Gewürze, lose in Säckchen oder Sträußchen zusammengebunden. Das spart Müll, Geld und Energie.

Bio-Verpackungen für Weihnachtsgeschenke

Um unnötigen Verpackungsmüll zu sparen, packen wir entweder alles in einen Jutesack oder nehmen schon benutztes Papier, Zeitungen, Kartons, Handtücher, Bettwäsche ohne Kunststoffe.

Weitere Tipps:
www.yaacool-bio.de AnK



Lebendige Fotografie Carina Leithold

- Fotokalender 2013
- Mandala-Kalender
- Mandalas & Kraftbilder
- Photocollagen
- individuell gestaltete Fotogeschenke uvm.

08262 Muldenhammer
Tel.: 03 74 65 / 4 05 35
Email: info@carinaleithold.de
www.magic-moments-photography.eu

Bio-Festtagsgeflügel, vegetarische und vegane Kostlichkeiten zum Weihnachtsfest

BioMARKT Schwarzenberg
Straße der Einheit 115,
08340 Schwarzenberg
Tel: 03774-1744710

www.biomarkt-schwarzenberg.de

Foto Gans: © Lupo/pixello.de

„Danke für mein Leben!“

Was heißt überhaupt bio-erzgebirge?

Mit bio-erzgebirge verbinden einige auf dem ersten Blick „bio“ als Kennzeichnung für Lebensmittel, die biologisch, d.h. ohne Chemie und Gift erzeugt werden. Geht es bei bio-erzgebirge also nur um Produkte aus dem Bioladen? Wer genauer hinschaut, erkennt recht schnell, dass sich hinter diesem Namen noch viel mehr verbirgt:

Bio heißt Leben. bio-erzgebirge bedeutet demzufolge **Leben im Erzgebirge.**

bio-erzgebirge ist ein Netzwerk von vielen Menschen, die einem gesunden, erfüllten und glücklichen Leben auf der Spur sind. Ein Leben, das so viel reicher und erfüllter ist als das tägliche Hamsterrad-Dasein.

Es bedeutet ein tieferes Verständnis über die Zusammenhänge zwischen Ursache und Wirkung und den Gesetzen der Natur. Es bedeutet die Ausrichtung auf ein Leben, das aus dem Herzen gelebt wird - intuitiv, lebendig, sinnvoll, in Hingabe an das Leben selbst und im Mitgefühl für das Wesen aller Dinge. Es bedeutet auch, jeden Menschen in seinem Geist und Tun so anzunehmen, wie er ist, ohne Beeinflussung und Bewertung - auch wenn wir denken, dass er sich unserer Meinung nach anders (oder besser) verhalten sollte. Doch keiner kann sich sicher sein, welche Erfahrungen unsere Mitmenschen für ihre (spirituelle) Entwicklung wirklich brauchen. *„Das Leben gehört nicht uns, wir gehören dem Leben“* (Zitat Film „Cloud Atlas“)



Aufbruch Gold-Rot-Schwarz

Am 9. November 2012 trafen sich über 300 einfache Menschen des deutschen Volkes, die in basisdemokratischer Diskussion in 13 Fachgruppen und anschließenden Abstimmung im Plenum die **„Alsfelder Beschlüsse“** für eine tatsächliche Neuordnung Deutschlands mit überwältigender Mehrheit verabschiedeten. Repräsentanten unterschiedlicher Gruppierungen eines dringend nötigen Neubeginns Deutschlands geben hier eine demokratische Antwort auf das Versagen der Politik und ihrer Systemparteien in allen Bereichen.

„ ... Getragen vom Willen zur Neuorientierung aller Politikbereiche, zur tatsächlichen Gestaltung unserer Zukunft und der unserer Kinder und Enkelkinder, einem nachhaltigen und respektvollen Umgang mit der Natur und allen Lebewesen und inspiriert von weiblicher und männlicher Energien und Spiritualität wird in großer Einmütigkeit dem niedergehenden kapitalistischen System, der EU-Diktatur und der Mitäterschaft an Aggressionskriegen eine klare Absage erteilt.

Wir, die Beschlussfassenden von Alsfeld, formulieren eine umfassende und wirkliche Al-

bio-erzgebirge heißt deshalb, LEBE DEIN LEBEN in LIEBE und richte dein Sein in Selbstverantwortung darauf aus, dem Wohle unserer Mitmenschen, der Tiere und Pflanzen, unserer Mutter Erde und dem Leben an sich zu dienen. *„Nur die, die reich an Liebe sind, stehen nach dem Tod nicht als Bettler da“* (Zitat Buch „Der Eingeweihte“).

Die Menschen, die diese Zusammenhänge nach und nach erkennen und darum ihrem Herzen folgen sowie neue, manchmal noch nie dagewesene Wege gehen, finden sich hier im Erzgebirge über das Netzwerk bio-erzgebirge. Sie erfreuen sich an dem Austausch von Information, dem freundschaftlichen MitEINander und dem Gefühl der Verbundenheit, der Achtsamkeit und der Toleranz. Sie starten gemeinsame Projekte und geben gern ihre Erfahrungen denjenigen mit auf den Weg, die in den verschiedensten Lebensbereichen nach gesunden Alternativen suchen.

Dass es nicht nur im Erzgebirge solch eine Bewegung gibt, sondern auch in Deutschland (siehe nachfolgenden Artikel) und sogar auf der ganzen Welt, ist zunehmend spürbar und sichtbar.

WIR SIND inzwischen **VIELE.**

Dank Internet vernetzen sich diese Gruppen und streben gemeinsamen nach einem neuen Bewusstsein, das Frieden, Freiheit, Wohlstand, Gesundheit, Freude und Liebe für jeden Menschen als fundamentale Rechte beinhaltet.

In Verbundenheit - Ann König & Freunde

ternative zum herrschenden System. Im demokratischen Diskurs erarbeitet, legen wir die „Alsfelder Beschlüsse vom 9. Nov. 2012“ zur breiten Debatte dem deutschen Volk zur Abstimmung vor. Gemeinsam soll an der Gesamtkonzeption weitergearbeitet, zweifellos vorhandene Verbesserungsmöglichkeiten erarbeitet und noch fehlende Inhalte ergänzt werden. Doch im Unterschied zu den Systemparteien und ihren Politikdarstellern liefern wir einen tragfähigen Entwurf für eine humane, gerechte, soziale, lebens- und lebenswürdige Zukunft unseres Landes.

Wir sind die 99% und nur wir setzen gemeinsam den Übergang in ein neues System, getragen von einem neuen Bewusstsein, um. Dazu brauchen wir Eure Unterstützung ...“

Weiterlesen und Abstimmung:

www.aufbruch-gold-rot-schwarz.net

www.freileben.org

Nachfolgend und in zukünftigen Ausgaben des Infoblatts stellen wir die einzelnen Beschlüsse vor und regen über unseren bio-erzgebirge blog zur Diskussion an. Bitte sei mit Deinen kreativen Ideen, Gedanken und Gefühlen dabei, wie es sich in unserer Region schon umgesetzt hat. Vielen Dank! ANK

1. Beschluss: Familie & Kinder

Vision:

Kinder sind, um wachsen und reifen zu können, entscheidend auf tiefe, stabile und individuelle Beziehungen durch fürsorgliche, vorbildliche Erwachsenen angewiesen. Diese Verantwortung muss daher auf der familiären Ebene verankert bleiben. Deshalb genießen Menschen mit der Aufgabe der Mutter- und Vaterschaft den Schutz und die Unterstützung aller.

Wir wünschen allen eine Advents- und Weihnachtszeit, mit viel innere Ruhe und Besinnung im Kreise Eurer Liebsten.

Möge das neue Jahr 2013 uns viele tiefgreifende Erkenntnisse bringen, die dem Wohlergehen aller dienen und denen auch erfolgreiche Taten folgen.



Dabei ist ein hohes Gut die Eigenverantwortung und die Autarkie der Familie. Das Aufwachsen der Kinder in der Geborgenheit einer Familie ist gewährleistet.

Gemeinschaftliche Lebensweisen geben Familien mit ihrer individuellen Verantwortung ein tragfähiges und entlastendes Umfeld aus an teilnehmenden Menschen. Diese tragen dazu bei, die Entwicklung und Begleitung der Kinder ganzheitlich (emotional, physisch, mental, spirituell) zu stärken.

In dem Wissen, dass die Kinder unsere Zukunft sind, steigen die Wertschätzung und die Anerkennung von Lehr- und Lernaufgaben in der Gesellschaft. Der natürliche Wunsch von Kindern, zu lernen, wird gefördert. Die körperliche, geistige und seelische Unversehrtheit wird durch die Familie und Gemeinschaft gewährleistet. Dies beinhaltet vertrauensvolle Reflexion und Bewusstseinsentwicklung.

Familien im Konfliktfall bekommen jegliche Unterstützung von der Gemeinschaft. Ältere Menschen werden als Weise geschätzt und bekommen in der Familie und Gemeinschaft entsprechend ihren Fähigkeiten und Wünschen Aufgaben bis zu ihrem Lebensende.

Definitionen: ...

bitte weiterlesen und abstimmen:

www.aufbruch-gold-schwarz.net





YOGATHERAPIE

Yogatherapie ist die Anwendung der klassischen Yoga-Techniken auf konkrete körperliche wie seelische Beschwerden. Dabei ist Yogatherapie nach Absprache sehr gut mit der Schulmedizin und anderen Naturheilverfahren kombinierbar. Ganz egal wie die Konstitution gerade aussieht – Yogatherapie ist sowohl für absolute Yogaanfänger und auch für erfahrene Übende geeignet.

Yogatherapie ist für alle Menschen, die selbst etwas für sich tun wollen. Jederzeit und überall. Sie hilft Ihnen dabei, sich in Ihrem Alltag wohl zu fühlen, entspannt und gesund zu bleiben, guter Laune und voller Schwung zu sein.

Man lernt, mit Stress richtig umzugehen und in schwierigen Situationen ruhig und entspannt zu bleiben.

Das Besondere der Yoga-Therapie ist das Wissen um die Aktivierung der eigenen Selbstheilungskräfte.

Yogatherapie ist u.a. bei folgenden Beschwerdebildern möglich:

- Bluthochdruck und Herzerkrankungen
- Burn Out
- Angst und Depression
- Kopfschmerzen
- Nackenschmerzen
- Rückenschmerzen
- Knieschmerzen
- Arthritis/Arthrose
- Asthma
- Verdauungsstörungen
- Diabetes Mellitus
- Menstruationsstörungen
- Stimmbildung
- Multiple Sklerose
- Osteoporose

u.v.m.

Nähere Infos und Terminvergabe unter:

Yogalehrerin Evelyn Schmuck
Tel. 03772-382563

www.yoga-in-schneeberg.de



Mazdaznan

Monatsratschläge im Dezember

Auszüge aus „Monatsratschläge für Küche und Körperpflege“ (Dr. O.Z.A. Hanish)

Der Dezember ist der Monat neuer Vorbereitungen. Er leitet den Winter ein, der uns Gelegenheit bieten soll, die erschöpften Kräfte wieder herzustellen für neue und größere Leistungen.

Die Tage um Weihnachten bzw. dem 21.12., der Zeit der Wiederkehr des Lichtes, sollte demnach der Ruhe und Sammlung und dem Bewusstwerden, dass alle Verantwortung bei uns selbst liegt, gewidmet werden.

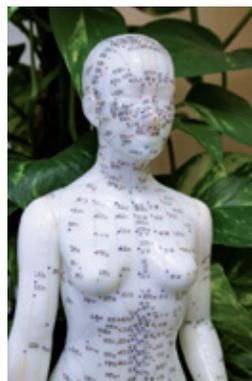
Ernährung

Die Zeit der Festtage können wir sehr wohl feiern, ohne der Genussucht zu frönen. Wenn wir bei der Zubereitung der Gaben der Natur Dankbarkeit im Herzen genießen, bekommt es uns auch und wir laufen nicht Gefahr mehr zu essen, als uns gut tut. Gemüse und Obstfrüchte sind reichlich am Markt. Wenn wir eine weise und abwechslungsreiche Auswahl treffen und wir mit dem Gedanken beim Essen sind und jeden Bissen gut durchkauen, können wir auch unserem Körper wirkliche Festtage bereiten.

1. Mahlzeit Diese sollte aus Obst bestehen, wie z.B. 1/2 geriebenen Apfel, 1 Birne, in Scheiben geschnitten, der Saft von 1 Apfelsine und 3 Esslöffel dicke Sahne. **Weitere Früchte (am besten richtig reife): Apfelsinen** sind am heilsamsten 2 Wochen vor Weihnachten bis Ende Januar, als Saft auch für Kinder essenziell. **Granatäpfel, Kakis und Mangos** selten verwenden. **Guavas** regeln die Darmtätigkeit und heilen Verstopfung. **Zitronen** sind das wirksamste natürliche Hausmittel; jedoch müssen die Versand-Zitronen erst in milder Ofenhitze weich gebacken werden. Auspressen und durch Strohalm trinken. Sind gut bei Gicht und Rheumatismus.

2. Mahlzeit Sie kann bestehen aus einem kleinen Salat, Gemüsegerichten, Brot- und Körnerspeisen in allen Formen, und Nüssen oder Nusspeisen, etwas Salat, Klöße mit Tomatentunke, Reis mit Currytunke oder gebackenen Kartoffeln mit brauner Mehlunke. 1 Keks und 1 Tasse heißer Senne- schotentee halten die Verdauung in Ordnung und das Gehirn klar. AnK

Bei Fragen bitte wenden an: Angelika Sändig
Tel: 037344-7422 oder
oder www.mazdaznan.de



Neue Reihe: Meridiansysteme

Meridiane kennen wir in erster Linie vom Geografieunterricht als Koordinaten auf der Weltkarte. Doch die Meridiane, die hier gemeint sind, stammen aus der TCM (Traditionellen Chinesischen Medizin) und koordinieren die Abläufe in unserem menschlichen Körper.

Diese Meridiane sind „unsichtbare Bahnen“ die, unseren Körper durchziehen, ihn mit Energie (Qi) versorgen und lebensnotwendige Vorgänge steuern. Sie

sind zum größten Teil paarig auf unserer rechten und linken Körperseite vorhanden und stehen mit den Organsystemen wie Lunge, Herz, Leber, Niere, Galle u.s.w. in Verbindung.

Fließt das Qi frei durch unsere Meridiane, sind wir gesund und leistungsfähig, der Körper ist kräftig, das Bindegewebe ist fest, die Haut ist straff, die Augen strahlen, wir haben einen intakten Wärmehaushalt und sind voll Lebensfreude. Ist dies nicht der Fall, dann äußert sich das durch vielfältigste Symptome, die als Fülle- oder Leerezustände bezeichnet werden. So gelten z.B. Durchfall, Kreislaufschwäche, kalte Hände und Füße als Leerezustände und Bluthochdruck, Verspannungen, Verstopfung als Füllezustände.

Die TCM betrachtet die Funktion und das Wechselspiel der Meridiansysteme im Zusammenhang, alles steht untereinander in Verbindung und beeinflusst sich wechselseitig. Unser Körper versucht ständig, das Gleichgewicht innerhalb des Systems aufrecht zu erhalten oder wiederherzustellen. Doch gelingt ihm dies einmal nicht mehr und es kommt zu Störungen und Krankheiten, besteht die Möglichkeit, durch verschiedene Methoden, wie z.B. Akupunktur, Akupressur, TUINA-Therapie, Schröpfen, Kräuternwendungen, die Energie wieder zum Fließen zu bringen. Oder anders formuliert, dem Körper wird geholfen, sich selbst zu helfen.

Noch besser ist es natürlich, mit Techniken wie z. B. Meridiangymnastik, Yoga, Tai Chi, Qi Gong einer Stagnation des Energieflusses vorzubeugen. Solche Methoden sind mittlerweile auch von der Schulmedizin anerkannt und erfreuen sich zunehmender Beliebtheit.

In den nächsten Folgen dieser Serie geht es dann um die einzelnen Meridiansysteme und deren vielfältige Bedeutung für unser körperliches, seelisches und geistiges Wohlbefinden.



Ganzheitliche Physiotherapie Ina Klinger
Bergmannsgasse 1, Schneeberg, Tel: 03772-3729056

www.lebensfreude-in-klinger.de

nachgedacht 21.12.2012: Weltuntergang oder doch nicht?



Was haben wir uns alle verrückt gemacht und tonnenweise Bücher, Berichte, Dokus, Filme, welche die Apokalypse Ende 2012 vorhergesagt haben, konsumiert: Das Ende des Maya-Kalenders, Polumkehr, heftige Sonnenstürme, einzigartige Planetenkonstellationen, Nibiru, schwarze Löcher, Asteroidenhagel, Supernova - alles ist belegt und Nostradamus hat es sowieso gewusst. Bunker wurden errichtet, Archen stehen bereit, Nahrungsmitteldepots sind angelegt, Szenarien für einen Neuanfang sind durchgespielt. Zwischendurch Entwarnung: Man hat sich verrechnet oder irgendwas falsch interpretiert. Alles verschiebt sich ein wenig nach hinten.

Und nun? Es ist ruhig geworden um das Thema. Doch unabhängig davon ist irgendwie eine bevorstehende Veränderung zu spüren, nicht im Außen, sondern subtil in unserem Innern. Apokalypse bedeutet ja auch nicht nur Katastrophe, sondern auch geistige Offenbarung. Und die kann nur jeder ganz für sich allein spüren, in all den Glaubensmustern, die jetzt zusammenbrechen, in der manchmal schmerzlichen Wahrheit, die ent-Täuscht, wo jeder Fehltritt rasend schnell vergolten wird (Karmagesetz) und wo nur das zusammenbleibt, was wirklich (in Liebe) zusammengehört.

Was auch immer passieren wird, 2013 wissen wir mehr, oder vielleicht auch später. DeR

Elektrosmog & Gesunder Schlaf

Was tun bei ELEKTROSMOG? Fortsetzung (von Mandy Goller)

Auch Angst vor Elektrosmog ist eine Schwingung und kann sich somit negativ auf den Körper auswirken. Damit soll der Einfluss vor Elektrosmog nicht verharmlost werden. Allerdings wirkt sich die Dankbarkeit für die Technik, welche wir ja gern benutzen, positiv aus. Damit können wir zumindest den psychischen Aspekt der Belastung reduzieren. Gleichzeitig sollten wir auf die Signale unseres Körpers achten und uns vor Elektrosmog schützen. Die einfachste Möglichkeit ist Abstand zu halten und die Menge der elektronischen Geräte zu reduzieren.

Besondere Aufmerksamkeit sollten die **Schlaf- und Kinderzimmer** bekommen, da wir uns nachts erholen, empfindlicher auf Störungen reagieren und die meiste Zeit unseres Lebens hier verbringen. Elektronische Geräte sind in diesen Räumen stark zu reduzieren. Dazu gehören Fernseher, Radiowecker, Babyphone und schnurlose Dect-Telefone. Eine Abhilfe hierfür kann ein Netzfreischalter sein, welcher in den Sicherungskasten eingebaut wird. Machen Sie sich insbesondere für Ihr Kind bewusst, dass ein Babyphone in der Nähe des Kindes elektro-magnetische Felder aussendet, welche die Gesundheit Ihres Kindes stark beeinträchtigen kann. Vertrauen Sie stattdessen Ihren Muttergefühlen. Sie werden es hören und spüren, wenn Ihr Kind Sie braucht.

Elektronische Geräte sollten bei Nichtgebrauch ausgeschaltet werden, also nicht im Standbybetrieb laufen gelassen werden. Alle elektrischen Verbraucher, speziell Radiowecker, Neonlampen, Halogenlampen, Fernseher, Computer etc. strahlen ein elektrisches und ein magnetisches Feld an ihre Umgebung ab.

Es ist immer besser, ein Telefon mit Kabel zu verwenden, da dies nicht strahlt. Herkömmliche Dect-Telefone sind digital. Sie strahlen immer. Die Basisstation entspricht einem Handymast, den wir uns in die Wohnung holen. Ähnliches gilt für Handys. Bei längeren Gesprächen (ab 3min) mit diesen Telefonen erwärmt sich das Blut im Ohrbereich. Dies führt zu einer sogenannten Geldrollenbildung des Blutes, wodurch es nicht mehr richtig zirkulieren kann. Anschließend öffnet sich die Blut-Gehirn-Schranke und somit können sämtliche Giftstoffe ins Gehirn gelangen. Sie können

dies nachprüfen indem Sie zwei Handys an ein rohes Ei binden und telefonieren lassen. Nach relativ kurzer Zeit beginnt das Ei zu kochen. Die Schädel von Kindern und Jugendlichen sind noch nicht voll ausgebildet und werden deshalb mehr belastet als die von Erwachsenen.

Entstörung von Elektrosmog:

Es gibt viele materielle Möglichkeiten Elektrosmog abzuschränken: z.B. Kupferdraht, Farben, verschiedene Gegenstände, Kristalle, Pflanzen etc. Vieles kann für viel Geld erworben werden. Alle haben ein Ziel: Die für den Organismus negativen Schwingungen zu harmonisieren. Einfacher und kostengünstiger ist dies mit Hilfe der energetischen Entstörung möglich (Praxisorientierte Neue Homöopathie): z.B. durch verschiedene Zeichen oder durch Transformation. Hierbei messe ich die Beeinträchtigung und mache die einzelnen Geräte und damit den gesamten Raum für den Einzelnen individuell verträglich.

Rutenworkshop

22.-25.1.2013 in Falkenstein, jew. 19-21 Uhr
Erlernen des Umgangs mit der Rute für Testungen im alltäglichen Leben auf Verträglichkeit und Unverträglichkeit.

Ausbildung in Falkenstein

Praxisorientierte Neue Homöopathie

PranNeoHom Basis 1 2.-3.2.2013, 9-17 Uhr
Umgang mit der Rute, Kennenlernen und Anwenden von Zeichen, Raum- und Geräteharmonisierung, Heilwasser herstellen

PranNeoHom Basis 2 2.-3.3.2013, 9-17 Uhr
Energie-Balance, Meridianlehre nach der TCM, Aufma-
len von Zeichen

Mandy Goller

Dozentin für **Praxisorientierte Neue Homöopathie**
Gesundheitsberaterin
Tel.: 03745-751395, 0162-9435657

Lit.: PraNeoHom Lehrbuch Bd.1,
Layena Bassols Rheinfelder



Mobilfunkbroschüre als PDF

www.anti-zensur.info/_files/pdf.anti-zensur.info/mobilfunkbroschuere3.pdf

NATURSCHLAFSYSTEME AUS SACHSEN



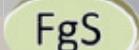
IM EINKLANG MIT DER NATUR

- Materialien aus nachwachsenden Rohstoffen
- Matratzenkern aus 100% reinem Naturkautschuk
- Bezüge aus Baumwolle aus kbA bzw. Wolle aus kbT



freyja
Schlafsysteme

FgS Schlafberatung
Tel 037626619003
WWW.FGS-Beratung.de



Gesunder Schlaf lässt sich lernen!

Gesunder Schlaf ist besonders in dieser Zeit sehr wichtig. Unser Umfeld und Lebensgewohnheiten haben einen hohen Einfluss auf unsere Gesundheit. Jedes Körpersystem bemüht sich ständig, optimale und gesunde Abläufe zu gewährleisten. Im Schlaf verändern sich einige dieser Abläufe, z.B. verdoppelt sich die Zellbildung in unserem Organismus. Daher hat unser Umfeld einen großen Einfluss auf die Qualität jeder neuen Zelle. Feinfühligere Menschen reagieren auf Störungen des Erdmagnetfeldes. Das natürliche Magnetfeld wird durch Metall im Bett in seiner Intensität verändert. Der Elektrosmog ist so stark geworden, dass Federkernmatratzen zu einem echten Risiko werden. Die Spiralförmige Wicklung jeder Feder kann magnetische Felder verstärken und auf Hochfrequenz und Erdstrahlung einen Antenneneffekt haben. Die natürliche Oberflächenspannung unseres Körpers wird dadurch deutlich erhöht. Schrauben und kleine Antennen fangen die Strahlung auf und geben sie an uns weiter.

Mit Naturschlafsystemen aus Metallfreien Bett und Lattenrost sowie einer Matratze aus natürlichen Rohstoffen, haben wir die Möglichkeit, für einen gesunden Schlafplatz zu sorgen. Vorausgesetzt Sie haben Fernseher tragbare Telefone, Handys, PC-Anlagen und

andere elektrische und elektronische Geräte aus dem Schlafzimmer schon verbannt. Schonender Umgang mit den Rohstoffen aus der Natur ist uns eben so wichtig wie Ihre Gesundheit.

Da jeder Mensch einzigartig ist und die Natur sowie die Gesundheit ein Geschenk sind, sollten wir auf beides achten und unser Wissen sowie den Verstand, für Erhalt und die Wiederherstellung einsetzen. Schlafen Sie (sich) gesund mit Naturschlafsystemen von freyja.

Im Folgenden möchten wir auf unseren Laden in Kirchberg hinweisen:

... Naturschlafsystemen von freyja.
Vom Naturfuton bis zur Orthopädischen
MODULUS Naturmatratze,
findet jeder seine Möglichkeit.

Der gesunde Schlaf ist lernbar!

Tejas Hirsch
Gesundheitsvermittlung

Kontakt:
Laden von FGS Gesundheitsvermittlung
Neumarkt 8, 08107 Kirchberg
www.fgs-beratung.de
Tel. 03762-6619003

oder

Pension Sonnenhof im Paradiesgrund
Lauenhainer Weg 35a
08451 Crimmitschau OT Gablenz
www.paradiesgrund.de
Tel. 03762-40277

TIPPs: Zimmerpflanzen & Reiseplanung



Insektenschutz bei Zimmerpflanzen

(von Uwe Böhm)

Foto: Corinna Damm/©: Swebowikipedia.de

Wie jedes Jahr können mit den Pflanzen aus dem Garten wieder Schädlinge in Haus hereinkommen. Einmal im Zimmer vermehren sich diese freudig weiter und schädigen unsere Zimmerpflanzen gleich mit.

Was dort mit Hausmitteln möglich ist, hatte ich schon einmal beschrieben. Seit diesem Jahr gibt es darüber hinaus ein wunderbares Mittel auf Basis pflanzlicher Öle: „BEDO – Bio-Insekt“. Das Mittel ist anwendbar bei Mensch, Tier und Pflanze und es löst Chitin auf. Da alle Insekten, Larven, Raupen und Eier von Insekten aus Chitin im Körpergerüst oder der Umhüllung bestehen, ist es somit vielfältig einsetzbar. Natürlich wirkt es beim Sprühen wie andere Emulsionen mit Öl erstickend auf die Insekten, aber eben nicht allein. Schön für uns, dass es absolut ungiftig ist, da es aus Lebensmittelölen besteht. Dazu riecht es nicht unangenehm, wie das bei den meisten Mitteln der Fall ist.

Für Tiere gibt es mittlerweile eine Mischung, die noch etwas besser wirkt und auch anwendbar ist, um die Liegeplätze damit zu behandeln, wo eventuell Flöhe oder Eier von diversen Plagegeistern versteckt sind. Aber das nur nebenbei.

Es wirkt sehr schnell zur Beseitigung der lästigen Plagegeister. Aber Achtung, Wunder wirken kann es nicht. Wie auch bei anderen Mitteln muss man nachbehandeln. Die Insekten haben bei warmen Zimmertemperaturen eine hohe Vermehrungsrate von durchschnittlich 4 Tagen. Leider wissen wir nicht, ob ein Insekt Montag oder Mittwoch die Eier abgelegt hat. Somit schlüpfen möglicherweise täglich neue Plagegeister. Daher sollte (natürlich auch bei anderen Mitteln) immer 1 -2 Mal im Abstand von ca. 4 Tagen nachbehandelt werden.

Es wirkt auf Kontaktbasis und am besten, wenn hohe Luftfeuchte vor-

handen ist. Dann laufen über die feuchten Flächen vielleicht vorher nicht betroffene Insekten und werden so damit eliminiert.

Wer mit Wollläusen zu kämpfen hat, die seit vorigem Jahr immer mehr Pflanzenfreunde peinigen, hier einige Tipps: Die Wolle der Gespinnste bestehen aus Wachs. Durch dieses Wachs dringt kaum ein Mittel, das Insekten bekämpft.

Daher ist es sinnvoll vor einer Behandlung die Gespinnste mit Alkohol zu betupfen oder mit einer wässrigen Alkohollösung (1 ml Ethylalkohol oder normaler Schnaps in 1 l Wasser) zu besprühen. Danach z.B. mit dem erwähnten Mittel spritzen und die lästige Plage wird beseitigt. Bitte versuchen Sie nicht, die Wolle abzuwaschen oder abzuwischen. Das darin befindliche Insekt fällt dann womöglich heraus und wütet an anderer Stelle weiter. Trotzdem braucht es auch so mit der Wolllaus Geduld. Dieser hartnäckige Schädling ist nicht mit zwei Behandlungen, egal welcher Art, zu beseitigen.

Um Rundumschutz zu haben empfiehlt sich, wie letztes Jahr schon beschrieben etwas Niempresskuchen oder -pellets in die Topferde einzumischen. Aber bitte nicht oben auf die Erde. Den Geruch mag bestimmt niemand andauernd in der Nase. Niem hilft, dass die Pflanze unattraktiv für Schädlinge wird, nicht noch mehr Larven schlüpfen und schützt vor Pilzkrankheiten und Virose.

Auch das Gießen mit schwachen Humuslösungen oder Huminsäurelösungen (z.B. Humisol) hilft, die Pflanze zu kräftigen und sie Dank starken Gerüstbaus unanfälliger gegen Pilze und Schädlinge zu machen.

Dipl. Ing. Uwe Böhm, Hohndorf
Tel: 03725-4499702
www.natur-concepts.de

IMPRESSUM

Herausgeberin: Ann König, 037756-80696, 0152-22547608
E-Mail: info@bio-erzgebirge.de

Bezug: kostenfrei in Bioläden, Yogazentren, Naturheilpraxen, bei allen Mitwirkenden
ABO: 6 x jährlich per Post direkt nach Haus für 11 €
(siehe www.bio-erzgebirge.de --> abo infoblatt)

Redaktion, Satz, Layout: Ann König

Texte: Ann König, Sandra Müller, Hendrik Heidler, Mandy Goller, Denis Röher, Regina Röbler-Wagner, Ina Klünger, Evelyn Schmuck, Katrin Schneidebach, Familie Meyer

Bild Quellen: wie angegeben bzw. von Redaktion od. den Verfassern

Design: Ann König, Carina Leithold

Auflage: 2500 Stück

Alle Angaben zu Veranstaltungen u. 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 des Infoblattes wieder. Verantwortlich für die Inhalte sind die Verfasser selbst.



Buchungstelefon: 03774 640 421

Der Reise-Tipp des Monats !

Thema: **Gesundheitsreisen und Urlaubsplanung leicht gemacht**

von Claudia Grund



Sie müssen nur noch reisen, wir erledigen den Rest.

Die neuen Sommerkataloge 2013 sind da. Haben Sie keine Zeit Ihren Urlaub zu planen?

Kein Problem, wir kümmern uns gern um Ihre ganz persönliche Urlaubs-Lebensqualität und möchten Ihre Ansprüche und Erwartungen erfüllen.

- Der heiße Draht zu uns: per Telefon: **03774-640 421**
per E-Mail: gruenhain@reisebuero-grund.de
im Internet: www.reisebuero-grund.de
- Nennen Sie uns Ihre ganz speziellen Urlaubswünsche, besonders auch im Hinblick auf Urlaubsangebote von **Gesundheitsverwöhnprogrammen** und Präventionspaketen bis hin zu **traditionellen Heilkuren**. Dazu gehören auch Empfehlungen für Wander- und Fahrradreisen, Fitnessreisen sowie spezielle Programme zur **Entgiftung, Fasten, Ayurveda- und Yogareisen** oder auch Empfehlungen für bestimmte Krankheitsbilder wie z.B. Hautkrankheiten.
- Sie erhalten in nur kurzer Zeit von uns Angebote mit Preis- und Produktvergleich aller namhaften Reiseveranstalter
- Nutzen Sie unser Urlaubs-SorglosPaket mit einer Reiseberatung von A-Z: Reiseversicherung, Flughafentransfer, Parken am Flughafen, Mietwagen vor Ort, Ausflugsmöglichkeiten, Kundenwünsche im Hotel, Reiseinformationen u.s.w.

Beratung und Buchung ist telefonisch oder per E-Mail möglich, wir sind immer erreichbar!

Testen Sie uns!
Wir freuen uns auf
Ihre Anfragen!





Das Geheimnis der Liebe - für langjährige, gesunde und glückliche Beziehungen (Teil1)

(von Ann König)

Viele von uns kennen das. Da trifft uns eines Tages Amors Pfeil und es ist um uns geschehen. Da empfinden wir so viel Liebe und Hingabe für einen Menschen, dass alles andere verblasst.

Wir erleben in dieser Situation außergewöhnliche Zustände, von überschwänglicher Energie, Ausdauer, Kreativität, Kraft, Freude, Gesundheit und Strahlen.

Und der Drang ist groß, dass wir der Anziehung nachgeben, miteinander wohnen und uns auch körperlich sehr, sehr nah sind. Da wird sich ein gemeinsames langes Leben ausgemalt, geheiratet und es werden Kinder gezeugt ... und dann?

Nachdem die Flitterwochenzeit „überwunden“ ist, schleicht sich etwas ein, was mit der Zeit immer mehr zur Gewissheit wird.

Irgendetwas stimmt plötzlich mit unserem Partner nicht mehr. Er/Sie fängt an, mit seinem Verhalten zu stören, hat plötzlich andere Ansichten und Interessen und es bleibt zunehmend ruhiger im Bett. Eine spürbare Kluft entsteht.

Mit der Zeit kann sich die einstige Traumliebe immer mehr zum Alptraum entwickeln. Man(n)/Frau will nur noch weg. Viele Beziehungen enden hier oder entwickeln sich aus Gewohnheit oder Verlustangst zu Zweckgemeinschaften, wo wir uns mehr oder weniger aus dem Weg gehen und freundliche Worte zunehmend seltener werden.

Und oft wird sich in Alternativen geflüchtet, Fun- und Extremsportarten, Parties, Liebesersatzdrogen wie Alkohol, Zucker oder Pornografie versprechen Ablenkung und stürzen uns nur noch tiefer in die Abwärtsspirale von Eifersucht, Depression, Anfälligkeit für Stress und Ängste, Ego-

den? Gute Freundschaften können über viele lange Zeiträume bestehen, was auch immer man anstellt. Könnte es daran liegen, dass wir keine Sexualität mit unseren besten Freunden leben?

Genau. Bei näherem Hinschauen und auch durch wissenschaftlichen Untersuchungen hat sich jetzt herausgestellt, dass beim konventionellen Sex bestimmte Hormone/Neurochemikalien ausgeschüttet werden, die Wahrnehmungsänderungen zur Folge haben. Diese wirken sich bei uns „Säugetieren“ so aus, dass nach einer „heißen Nacht“ eine gewisse Sättigung zum bestehenden Partner eintritt. Das ist ganz im Sinne der Biologie unserer Gene und ist bei fast allen anderen Säugetierarten ebenso zu beobachten.

Dieses genetische Programm will, dass sich unsere Gene so vielfältig als möglich streuen, d.h. so viele Partner wie möglich „kontaktiert“ werden sollten, um durch vielfältige genetisch unterschiedliche Nachkommen eine größere Überlebenschance in Krisenzeiten zu ermöglichen. Und unseren Genen ist es vollkommen egal, ob das Hass und Trennung mit sich bringt, Familien auseinander brechen lässt und sich unser gesundheitlicher Zustand zunehmend verschlechtert. Hier geht es nur um biologische Vielfalt und ums Überleben.

Sind wir Menschen dem machtlos ausgeliefert? Zum Glück nicht. Mystische Traditionen und manche Religionsgemeinschaften weisen in alten Texten schon lange darauf hin, dass der Mensch nicht nur für die Fortpflanzung geschaffen wurde. Er hat sogar die Fähigkeit, in bestehenden Partnerschaften enge Bindung aufzubauen, die so viel tiefer gehen können

und Machtspiele, Manipulation und Kontrolle. Und natürlich werden wir unser Auge auf andere mögliche Partner. Andere Frauen oder Männer erscheinen um so viel attraktiver, anziehender und passender als der/die bisherige Weggefährte/in.

Was ist aus uns geworden? Wieso konnte das, was einst mit einer Freundschaft begann nicht als Freundschaft aufrechterhalten wer-

nen und uns glückselige Zustände erreichen lassen, die mit Worten nicht zu beschreiben sind.

Das Geheimnis ist nicht der Verzicht auf Sex, was nur in sexueller Frustration enden würde, sondern ein achtsamer, zärtlicher, entspannter und bindungsorientierter Umgang mit dem Liebsten, bei dem das GEBEN im Vordergrund steht.

Hier entsteht ein vollkommen neuer Raum des Verstehens, Annehmens und der Zweisamkeit und nicht zu-



Den Partner erkennen und Liebe leben

Wir sprechen von Partnerschaft, wenn Menschen sich finden und bewusst dazu entscheiden, einen Zeitraum ihres Lebens in gegenseitiger Zuwendung, Liebe und Achtung zu gestalten, nach dem Motto:

„Lieben heißt, den anderen sein zu lassen, wie er ist, ihn werden zu lassen, wie er will, und sich daran zu freuen, wie er wird.“

Kein Mensch ist in sich vollkommen. Ihre Unvollkommenheit zwingt die Partner, sich mit ihrem Zusammensein in Gedanken und im Handeln zu befassen, zu lernen und zu wachsen. Das, was einen Partner anziehend macht, das Gegensätzliche, ist das, was einem selbst fehlt. Andererseits erschwert es das Zusammensein sehr, wenn jede Gemeinsamkeit der Veranlagung fehlt. Dann ermangelt die Beziehung der gemeinsamen Sprache.

Zwischen den Partnern müssen Brücken der Verständigung (Gleichheit) auftreten, die fast wortlos verstanden werden.

Als astrologische Psychologin zeige ich Ihnen und Ihrem Partner Entwicklungschancen und -wege auf, die eine sinnerfüllte Partnerschaft ermöglichen. Sie lernen sich selbst und Ihren Partner tiefer kennen und bekommen eine „Landkarte“ an die Hand, um die „Brücken“ zum anderen zu finden.

Ihre Regina Rößler-Wagner

Weitere Informationen und Seminare:
Zentrum für Geistiges Heilen
09484 Kurort Oberwiesenthal, Annaberger Straße 82
Tel. 037348/ 23962 & 22200
www.ganzheit-roessler-wagner.de



Seminar „Ein neuer Anfang“

ein richtungsweisendes Seminar zur Entfaltung deines wahren Potenzials für mehr Gesundheit, Wohlstand, Liebe und Erfolg in deinem Leben
12.1.2013, 9.30 - 12.30 Uhr, Seminargebühr: 65 €

ENDLICH AUCH BEI UNS IM ERZ

Workshop MATRIX – INFORM®
Der AHA – Effekt

Bewusstsein erschafft Realität - Den Lebensplan erkennen - Wissen, was du willst

Spüre deine eigene Energie! Entdecke die Welle in dir!

**Verwirkliche deine guten Vorsätze
im neuen Jahr mit Leichtigkeit!**

Anwendungsabend: Freitag, 18. Januar 2013 um 17.00 Uhr
im Yoga Zentrum Schwarzenberg (Dauer ca. 2,5 Stunden)

Teilnehmer: 50,00 Euro pro Person / Zuschauer: 5,00 Euro pro Person
Teilnahme Anmeldung: Mandy Frank 03771-217696 / 0176-96678079

letzt für Gesundheit und Heilung. Dieses Wissen kann für jede Partnerschaft und ich vermute sogar für die Menschheit von fundamentaler Bedeutung sein.

Wem seine bestehende oder zukünftige Partnerschaft am Herzen liegt, empfehle ich den Vortrag „Geheimnis der Liebe“ (siehe rechts).

Im nächsten Infoblatt (Teil2)

Die Heilung der Liebe -
Ich liebe 2 Menschen ...
neu verliebt trotz (Ehe)Partner.

Vortrag:

**„Das Geheimnis der Liebe“
mit Ann König**

15.1., 19:00 Uhr Begegnungszentrum Schwarzenberg im DG Kaufland

4.2., 18:30 Uhr Stammtisch „natürlich“ Café Anna in Crottendorf

20.2., 19:00 Uhr Ganzheitliche Physiotherapie Schneeberg

6.3., 19:00 Uhr Spiritueller Stammtisch in Zwickau, Gasthaus „Zur Pflaume“

Anmeldung: 037756-80696
E-Mail: info@annerchi.de



vorgestellt: Der Biohof Meyer



Unser Biohof ist ein ständig wachsender Betrieb mit Familientradition. Wir bewirtschaften ihn seit 2 Generationen sowie die Ländereien in der Region rund um Rittersgrün. Unser Betrieb ist

mehr als nur ein Bauernhof, denn wir arbeiten nach der traditionellen Landwirtschaft auf rein ökologischer Grundlage. Zu der Bezeichnung Biohof gehört weiterhin die Angehörigkeit an einem BioVerband und die klare Deklaration der hergestellten Produkte. Nur wenn sich der gesamte Betrieb auf diese gesetzmäßigen Vorschriften einstellt, ist eine ökologische Bezeichnung möglich. Durch jährliche Kontrollen wird diese Grundlage auf unserem Hof, dem bisher einzigen im Gemeindeverband Breitenbrunn, sichergestellt.

Der Bio-Bauernhof ist zertifiziertes Mitglied im Verband Gää e.V. Wir stehen ein für:

- Qualitätsprodukte vom original Biohof
- die Nähe zu Verbraucherinnen und Verbraucher
- eine nachvollziehbare Erzeugung von Lebensmitteln aus der Region mit 100% zertifiziertem Biofutter

Der Verband Gää e.V. (kurz Gää) ist ein Zusammenschluss von Landwirten, Erzeugern und Verarbeitern im Öko-Bereich mit dem Ziel, den biologischen Anbau in den neuen Bundesländern zu verbessern und zu fördern. Der Name leitet sich von dem altgriechischen Namen für die Titangöttin der Erde Gaia ab. Die Richtlinien der Gää sind strenger als die EU-Bio-Verordnungen.

Unsere Familie bewirtschaftet eine landwirtschaftliche Nutzfläche von ca. 70 ha, die sich in Weiden und Wiesen gliedert. Die Wiesen werden zur Ernte von Grassilage und Heu genutzt, die Weiden stehen für Freilandhaltung der Rinder, Pferde, Schafen und dem Geflügel zur Verfügung. Auf unserem Betrieb leben ca. 25 Mutterkühe mit dessen Nachzucht. Die Kühe gehören der Rasse Fleckvieh und Chairoules an. Die Nachzucht der französischen Edelfleischrasse und urdeutschen Rasse ergeben wunderbare Kälbchen. Diese werden im Frühjahr



geboren und genießen dann den Sommer auf den Bergwiesen. Im Spätherbst werden alle Tiere in ihr Winterquartier gebracht und leben dann gemeinsam in zwei großen Laufstäl-

len. Die Hühner bewohnen einen großen Stall mit ganzjährigem Auslauf in einer natürlichen Herde mit Hähnen zusammen. Den Tieren stehen ein kleiner Naturteich und eine Obstwiese als Freigehege zur Verfügung. Selbstverständlich achten wir auch hier bei Fütterung und Haltung auf das Wohl unserer Tiere. Die Eier können in den Biomärkten der Region erworben werden. Die Gänse und Enten leben jedes Jahr ab Anfang Juni bis kurz vor Weihnachten auf unseren Wiesen rund um den Hof. Sollten sie Interesse an einem Biobratzen zu Weihnachten haben, können sie gerne noch für 2012 bestellen.

Unsere Philosophie ist es, unseren Tieren durch artgerechte Haltung und Fütterung ein schönes Leben zu ermöglichen und den Wünschen unserer Kunden und Interessenten mit höchster Qualität zu entsprechen.

Besuchen sie doch mal unsere Homepage www.biohof-meyer.de
Ihre Familie Meyer



Weihnacht – Fest der Liebe

(von Katrin Schneidenbach)

Liebe – Huld, Gunst, Hingabe, Herzenswärme, Herzlichkeit, Gewogenheit, Aufopferung, das sind einige Synonyme, die mein Schreibprogramm zur Liebe angibt. Ich merke, wie mir einiges davon sehr lieb und nah ist und anderes mir ein wenig komisch schmeckt. Wer weiß, wie es Ihnen geht. Jetzt steht Weihnachten vor der Tür, das Fest der Liebe im christlichen Kulturraum. Was verbinden Sie mit Weihnachten? Schließen

Sie einfach mal die Augen für wenigstens drei Minuten und spüren, schmecken, fühlen Sie, was Weihnachten auslöst.

Ich merke, es ist bei mir nicht ganz eindeutig. Da ist viel Licht, sind gute Düfte nach Süßem und Deftigem, nach Räucherkerzen und Tannengrün. Es kommen wohlige Gefühle auf: geborgen in einer warmen Stube bei Kerzenschein und Pyramidenglanz zu sitzen, während draußen Schnee und Kälte sind. Daneben fühlt es sich auch mal viel zu eng und dicht an. Da möchte ich raus und Luft holen, wenn mir zu viele zusammenhocken, wenn alle und jeder besucht werden will. Dann wieder ist es schön, in der Kirche mit vielen gemeinsam Weihnachtslieder zu singen. Manchmal weine ich dabei. Es ist, als wäre ein Sehnen in mir, dass diese wohlthuende Gemeinschaft festhalten will, die Momente, in denen wir vereint von Erwartungen, Sehnsüchten und deren Erfüllung sinnen.

Wie kommt es, dass diese Zeit uns so intensiv nach Geborgenheit, Liebe und Annahme suchen lässt? Natürlich ist es verankert in unserer Kultur und wir bekommen schon von klein auf die geheimnisvolle Stimmung von Weihnachten mit. Es liegt wohl auch an der dunklen Zeit im Jahr, der Kälte und wir suchen nach Licht und Wärme, nicht nur äußerlich. Wir spüren, dass wir Beziehungswesen sind und nicht für uns allein leben können. Wir brauchen andere und wir brauchen etwas, das uns über alles Trennende zusammenhält – Menschen und Gott. Das aufregende der christlichen Tradition ist es, dass auch Gott deutlich macht, er braucht uns Menschen und wird selbst ein Mensch, ein kleines schreiendes Bündel Leben. So zeigt sich seine Sehnsucht zu uns und seine alles verbindende Liebe. Denn liebevoll wird

Jesus dann von den Menschen seiner Zeit erfahren, als einer der Körper und Seele heilt, Mut zuspricht, Liebe predigt, Frauen achtet, Kinder herzt. Ein Wort wird in der Bibel mit Gott gleichgesetzt: Gott ist Liebe. Zu lieben, das geht nie allein, es braucht ein Gegenüber. Wahrscheinlich feiern wir das zu Weihnachten: wir wissen, wir brauchen andere und andere brauchen uns.

Ich weiß, ich bin nicht allein. Wir alle spüren, Liebe geht von uns aus und Liebe kommt bei uns an. Wo Liebe gelebt wird, da lebt Gott.

Gesegnete Weihnachtstage, Stunden in denen Herzenswärme, Hingabe und Geborgenheit erfahren und verschenkt werden, wünscht Katrin Schneidenbach.

Anzeige

MANUFATUR MEDIEN
DIE KUNST DES WESENTLICHEN

☎ 03722 817618 · www.manufaktur-medien.de

Für SIE sind WIR da im Erzgebirge:

Raum Vogtland / Eibenstock

Dipl. Gesundheitsberaterin Mandy Goller, Praxisorientierte Neue Homöopathie, Gesundheits- und Ernährungsberatung, Säure-Basen-Haushalt, Arbeit an: Allergien, Mykosen, Augen, Psyche, Wirbelsäule, Schmerzen, Vorträge und Workshops ☒ Dorfstädter Str. 3, 08223 **Falkenstein**, ☎ 03745-751395, 0162-9435657 E-Mail: mandy.goller@web.de

Carina Leithold, kreative & natürliche **Fotoshootings**; Fotografie als Spiegel und Ansatz zu neuem (Selbst-)Bewusstsein; fotogr. Therapie-, Seminar- u. Reisebegleitung; Tierfotografie; Mandalas; Seelenbilder; Bildlizenzen; Gestaltung von Printmedien, 08262 **Muldenhammer**, ☎ 037465-40535, www.gluecksbegleiterin.de

Kunsthau Eibenstock, Inh.: Kerstin & Wolf-Dietrich Schreier, Vorträge, Seminare, Tanzschule, Yoga, Pranaheiler, Werkstattkuche, Bastler- u. Künstlerkurse ☒ Ludwig-Jahn-Str. 12, 08309 **Eibenstock** (Nähe Sportplatz), ☎ 037752/50428 www.kunsthau-eibenstock.de

Raum Aue/Schneeberg

Heilpraktikerin Ina Sonar, Klassische Homöopathie, Wirbelsäulen/Gelenktherapie nach **Dorn & Breuß**, ☒ Panoramablick 17, 08315 **Bernsbach**, ☎ 03774-3379779, www.inasonar.vpweb.de

Yoga-Studio Aue, Katrin Zehm, Kundalini-Yoga, Ayurveda, ganztgl. Gesundheitstraining in Aue und Schwarzenberg ☒ Zschorlauer Str. 72, 08280 **Aue**, ☎ 03771-2176565, E-Mail: ans.aue@freenet.de

Aesculap-Apotheke Aue, Apotheker Steffen Quellmalz e.K., Vitalstoffmischungen, Homöopathie, Haar-Mineralstoffanalysen, Umweltanalysen, computergestützte Hautanalyse und Anfertigung individueller Kosmetik, ☒ Schwarzenberger Str. 7, 08280 **Aue**, ☎ 03771-551258 www.apotheke-aue.de

Yoga-Zentrum-Schneeberg, Evelyn Schmuck, Yoga-Lehrerin BYV, Lebensberaterin, tibetische Klangschalenarbeit, Geistiges Heilen (Impulsarbeit®), Kabbala-Lebens- und Partnerschaftsanalysen, ☒ Gartenstraße 10, 08289 **Schneeberg**, ☎ 03772-382563, www.yoga-in-schneeberg.de

Ganzheitliche Physiotherapie Ina Klüger Klass. Physiotherapie, Aura Soma Beratung, Auraanalyse am Computer, Energetische Massagen, Japan. Heilströmen, Meridian-Klopf-Technik, Lebensberatung, Vorträge u. Workshops ☒ Bergmannsgasse 1, 08289 **Schneeberg**, ☎ 03772-3729056, www.lebensfreude-ina-klueger.de

Katja Reither, Gesundheits- & Wellnessberatung, Anwendung von alternativen Nahrungsergänzungsmitteln wie Colostrum, Aloe Vera & Reishi, BodyBalance Kurse nach Les Mills in meiner Tanzschule; Networking für Wellness- & Gesundheitsexperten, ☒ Alter Mühlberg 21, 08289 **Schneeberg**, ☎ 0162-7423360, Mail: info@tanzprojekt-kor.de

Christine Lukaschek, BIODANZA in Schwarzenberg im Pranzentrum (Str. d. Einheit 55), in Plauen im Yaguzentrum (Morgenbergstr. 19), in Chemnitz im Yogazentrum (Ritterstr. 19) ☒ Ostsiedlung 3, 08294 Löbnitz ☎ 0177-7219150, www.biodanza-chemnitz.de

Raum Schwarzenberg

Reisebüro Grund, Claudia Grund, Beratung und Buchung von Gesundheitsreisen, Kuren, Wellness-, Ayurvedareisen, ☒ Grünhain, **Bernsbach**, **Elterlein** Buchungen ☎ 03774-640421, www.reisebuero-grund.de

Jana Münzner, Beraterin in Psycho-Somatischer Medizin, Anleitung zu Erfahrungen mit dem Verbundenen Atem, Geführte Meditation, **Rückführungen/Reinkarnationsanalyse**, ☒ Elterleiner Str. 25, 08352 Raschau OT **Langenberg**, ☎ 0162-7486264, E-Mail: janamuenzner@web.de

BioMARKT Schwarzenberg & Bistro, Gertraud Drechsel, Bio-Vollsortiment, Treffen und Vorträge, Serviceleistung: Käse- u. andere Platten, Antipasta; Produktvorstellungen, Verkostungen, Veranstaltungen, Vorträge, ☒ Straße d. Einheit 115, 08340 **Schwarzenberg**, ☎ 03774-1744710, www.biomarkt-schwarzenberg.de

Anett Choulant, Naturheilpraxis, Yoga-Zentrum, Ernährungsberatung, Transformations-Therapie nach Robert Betz, Systemische Aufstellung, Fasten ☒ Robert-Koch-Str. 16A, 08340 **Schwarzenberg**, ☎ 03774-336861, www.yoga-erz.de

PRANAzentrum Schwarzenberg, Grit Mustroph, Pranaheiler nach Master Choa Kok Sui, Behandlungen, Infovorträge, Seminare ☒ Vorstadt 4, **Schwarzenberg**, ☎ 0173-3822353, www.pranaherung-erzgebirge.de

Vitalzentrum Schwarzenberg, Jana & Andreas Müller, Bewegung-Behandlung-Bewusstsein, Osteopathie, ganzheitliche Physiotherapie und Gesundheitsschule, 50 Bewegungskurse pro Woche, Wellness, Sauna, ☒ Anton-Günther-Str. 1, 08340 **Schwarzenberg**, ☎ 03774-25907 www.vitalzentrum-schwarzenberg.de

Vertriebsagentur Hähner, Ludmilla Hähner, Vermögenssicherung, Edelmetallspezialistin, ☒ Talstraße 6, 08340 **Schwarzenberg**, ☎ 03774/23957, 016097075437 haehner.auto@online.de, www.haehner.net

HME RAUMKonzept - Himmel-Erde-Mensch, Peggy Witzki, geprüfte **Feng Shui**-Beraterin, Leben u. Wohnen im Einklang mit Geist+Seele, Raum+Zeit, Himmel+Erde. Der Mensch steht dabei im Mittelpunkt. ☒ Ludwig-Jahn-Straße 15, 08340 **Schwarzenberg** / OT Pöhla, ☎ 03774-824744, www.hme-raumkonzept.de

Naturheilpraxis Julia Gruner, Heilpraktikerin, Biorosanz, Touch for Health, Klinische Hypnose, Bachblütentherapie, ☒ Str. des Friedens 4, 08352 **Raschau**, ☎ 03774-869867, www.julia-gruner.de

Niehoff Alpakas Roland und Helga Niehoff Naturbelassene Produkte, Kleidung und Accessoires aus der Wolle der Alpakas; Alpakatherapie und tiergestützte Aktivitäten mit qualif. Naturheilkundler; Kennenlernen, streicheln und an der Leine führen, telefon. Anmeldung: ☎ 03774 820584, ☒ Bergsiedlung 15, 08352 **Raschau**, www.niehoff-alpakas.de

Sylvie Lutz, ärztl. geprüfte Gesundheitsberaterin GGB, Vorträge und Praxiskurse zu Vitalstoffreicher Vollwertkost, Thermomixservice- und Ausbildung, Kochtreffs, **Dunkelfeld-Mikroskopie**, ☒ Alte Annaberger Str. 22a, 08340 **Schwarzenberg**, ☎ 03774-505668, www.biohummel.de

Bauplanungsbüro Süß, Natürlich und energiesparend, nachhaltiges Bauen oder Sanieren, Holzrahmenbauten, Sonnen- und Passivhäuser, ☒ Karlsbader Str. 72, 08340 **Schwarzenberg OT Erla**, ☎ 03774-15450, www.suess-projekt.de

Katja Wagner, Mobiler Betreuungsdienst für Menschen mit geistigen Behinderungen, demenzbedingten Fähigkeitsstörungen und psychischen Erkrankungen in ihrem gewohnten häuslichen Umfeld oder in Integrationsgruppen, ☒ Talstraße 12, 08359 **Breitenbrunn**, ☎ 03774-27634, E-Mail: diegutefee-erz@gmx.de

Land-Apotheke Lutz Stöckert, Aromatherapie, Schüßler Salze & Mischungen, Spagyrik, Homöopathische Hausapotheke, Globoli (indiv. Rezepturen) Sauerstoffkur nach Ardenne, ganztgl. Gesundheitsberatung, ☒ Dorfberg 8, **Breitenbrunn**, ☎ 037756-179088, Spezialisierung Schwangerschaft, Babys u. Kinder, www.landapotheke.de

Ann König, lebensschule ANNERCHI, Seminare, Beratung, Redaktion **Infoblatt**, Koordination **bio-erzgebirge**, ☒ Kupferweg 12, **Breitenbrunn**, ☎ 037756-80696, www.annerchi.de, www.bio-erzgebirge.de

Maler Lutz Fischer, Dekorative Wand- und Farbgestaltung mit **Feng Shui**, Farben & Putze, Geomantie, ☒ Am Milchbach 30, 08359 **Breitenbrunn OT Erlabrunn**, ☎ 03773-883019, E-Mail: lutz-fischer1@web.de

Landwirtschaftsbetrieb u. Erlebnisbauernhof, Inhaber Jörg Nestler, naturnahe Bewirtschaftung, Verkauf von Frischmilch, Schinken, Eier aus Freilandhaltung, Kindergeburtstage u. Schulklassen willkommen **Hofladen Birgit Nestler**, Erlebnisverkauf, Fleisch- u. Wurstkonserven, Kräuterspezialitäten, Wildkräuterwanderungen ☒ Thomas-Müntzer-Weg 1, Kuhstall: Bauernweg 6, 08355 **Rittersgrün**, ☎ 037757/7978, www.eier-nestler.de

Raum Annaberg

Bioladen Pfeffersack - Lebensmittel & mehr, Inh. **Katrin Triebel, Bio-Naturkostsortiment**, ☒ Wolkensteiner Str. 27, **Annaberg-Buchholz**, ☎ 03733-44268, E-Mail: pfeffersack.triebel@t-online.de

Petra Hölzig, Psychologische Beratung, Reiki, **Tai Chi**, ☒ Köselitzplatz 2, 09456 **Annaberg-Buchholz**, ☎ 03733-429597, www.ihr-leben-meistern.de

Helmut Goy, Geistliches Heilen, Heilen und Stärkung mit der Energie des (göttlichen) Geistes für Seele und Leib, Spendenbasis, Vorträge, ☒ Parkstraße 37, 09456 **Annaberg-Buchholz**, ☎ 03733-142180

Geradeschön Raum für bewusste Bewegung, Sylvia Schmiedl, ganzheitliche Bewegungs/Gymnastikkurse für Kinder und Erwachsene, Massagen, Filz-Workshops, bewegte Fortbildungen, systemische Aufstellungen, ☒ Buchholzer Str. 37, 09456 **Annaberg-Buchholz**, ☎ 0173-9049964

Bettina Brückner, Praxis „Leicht - Sein“, Familien- u. Systemaufstellungen, Einzel- u. Paararbeit nach vorheriger Anmeldung. Öffene Abende für Aufstellungen: 10.10., 28.11., Seminarabend für Familienstellen am 17.11. ☒ Max-Michel-Straße 15, 09456 **Annaberg-Buchholz**, ☎ 03733-26401, E-Mail: bettina.brueckner@gmx.de

Matthias Vogel, Gesundheitsberater für Rücken, Füße und Gelenke, Seminarleiter Rückrad e.V., Energiefeld-Korrektur, Muskel- und Gelenkpflege, www.erfolgreiche-nichtraucher.de, ☒ Dorfstraße 97, 09456 **Mildenau** ☎ 03733-143043, www.gb-matthias-vogel.de

Astrid's Bewegungsland, Astrid Halm, ganztgl. Bewegungskurse für Kinder, Eltern-Kind-Kurse ab 9 Monate, **Qi Gong**-Kurse, **Reiki**-Behandlungen u. Einweisungen, **Kursraum**: Annaberger Str. 56, 09488 Thermalbad Wiesenberg OT **Schönfeld**, ☎ 03733-556963, E-Mail: Astrid-Bewegungsland@gmx.de

Naturheilpraxis Dr. Burkhard Flechsig, Facharzt für Allgemeinmedizin, Naturheilverfahren, F.X. Mayr Arzt, Homöopathie (G.Vithoulkas), Dozent für biologische Medizin (Uni. Mailand), ☎ 03734-12150, www.naturarzt-flechsig.de
ars medendi GmbH, Weiterbildung, Vorträge, workshops, ☎ 037341-50370, www.ars-medendi-gmbh.de
☒ Schillerstraße 68, 09427 **Ehrenfriedersdorf**

Tonis Haus der Steine, Uwe Thonfeld, Verkauf von Steinen für die Heilsteinkunde nach Gienger, Mineralienbestimmung, -Schleifkurse, -Wanderungen, ☒ Thumer Straße 71, 09468 **Geyer** direkt am **Greifenbachstauweiher**, ☎ 037346-1449, www.tonis-haus-der-stein.de

Atelier der Sinne, Katrin Eilenberger, Lebensberatung, psycholog. Coaching, Wellnessvielfalt, ☒ Anton-Günther-Weg 1, 09468 **Geyer** ☎ 0173-5942015, www.atelier-der-sinne.de

bioFee - ökologisches Catering, Mandy Barth, leckere Biomenüs für Kindergärten, Schulen, Firmen u. Privat mit Bringeservice. Biopartyservice u. Veranstaltungscatering, Frischeküche im EGE, ☒ Straße der Freundschaft 11, 09456 **Annaberg - Buchholz**, ☎ 0371/9090745, www.bio-fee.de

Naturheilpraxis Vesna Lischetzki, Heilpraktikerin, Bachblütentherapie, Lebensberatung, Fußreflexzonenmassagen, energetische Behandlung, Energiemassagen ☒ Jahnstraße 2, 09471 **Bärenstein**, ☎ 037347-80340

OASEder Transformation Angelika Sändig, Gesundheitsberaterin, **Dorn-Breuß Massage**, Body Talk Access, **QCT - Quanten Bewusstseins Transformation**, Individuelle Energiemassagen, **Metamorphische Methode**, **Vegane Vollwertküche**, ☒ Glashüttenstr. 45, 09474 **Crottendorf**, ☎ 037344/7422, E-Mail: a.sendig@gmx.de

Katrin Hildebrandt, Ganzheitliche Gesundheitsberatung, BodyTalk-System, FaceBalance, Sanfte Rücken - & Gelenkpflege, Tierdolmetscherin, ☒ Glashüttenstr. 44., 09474 **Crottendorf**, ☎ 037344-13381, www.katrin-hildebrandt.de, www.ganzheitliche-wege.com

Regina Röbler-Wagner, Zentrum für Geistiges Heilen: Geistheilung, spirit. Lebensberatung, astrolog. Psychologie, Seminare, **Studio für Naturkosmetik & Ganzheitliche Anwendungen**: Naturkosmetische Anwendungen, Verkauf, med. Fußpflege, Reflexzonentherapie, ☒ Annaberger Straße 82, 09484 Kurort **Oberwiesenthal** ☎ 037348-23962 u. -22200

Raum Stollberg/ Thalheim

Waldcampingplatz Thalheim, Steffen Seim & Sofia Schröter, Outdoorurse, Themen Survival, Feuer, Diavorträge, Wanderungen, Klettern, Kanu, Ind. Schwitzhütte, Trommeln ☒ Rolandstraße 3, 09380 **Thalheim**, ☎ 03721-265033, www.waldcamping-erzgebirgsbad.de

Ronny & Katja Kirchs, Neukirchner Villa, Veranstaltungen, Architekturbüro, Stadtplanung, **Global Scaling, Vedische Baukunst** ☒ Rößtaler Weg 5, 09380 **Thalheim**, ☎ 03721-265353, www.ronny-r-kirchs.de

Praxis für Komplementäre Medizin, Dipl.-Med. Wolfram Alexander, Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin, Diplom Klassische Homöopathie, Homöopathische Eigenblutbehandlung, Mikroiimmuntherapie, Orthomolekulare Medizin, Colon-Hydrotherapie, Health Coaching mit Metabolic-Balance, Medizinische Klangtherapie, ☒ Wiesenstraße 7, 09380 **Thalheim**, ☎ 03721/84368, www.homoeopathiearzt-alexander.de

Klangmassage Stollberg, Inh. Norman Schirmer, wohlthuende Entspannung für Körper, Geist und Seele, Aktivierung der Selbstheilungskräfte, Lessingstraße 13 09366 **Stollberg**, 0176-96985457, www.klangmassage-stollberg.de
Inhaber v. „Alles aus Hanf“-Onlineshop: www.HANFARE.de

Raum Marienberg

Dipl.Ing. Eberhard Haase, Holographischer Raumklang, **Naturorschallwandler**, Musik nicht nur hören, sondern spüren, ☒ Lehngasse 4, 09514 **Lengefeld** ☎ 037367-2722, E-Mail: eberhard-haase@t-online.de

Wilfried Münzner, Gastwirt und Heiler (Heilende Hände) in der Gaststube „Zur Bleiche“ ☒ Oederaner Str. 70, 09514 **Lengefeld**, ☎ 037367/2545 www.geistheiler-münzner.de; www.fewo-im-erzgebirge.de

Dipl.-Ing. Uwe Böhm, Produkte aus der Natur für die Natur, für **gesundes Gärtnern**, zur Revitalisierung des Bodens, natürlicher Pflanzenschutz u. Dünger, Beratung zu Problemen im Garten und vieles mehr, ☒ Oberer Weg 17, 09434 **Hohndorf**, ☎ 03725-4499702, www.natur-concepts.de

Marco Helmert, Helmert-Seminare.de, Fortbildungs- und Seminarzentrum Marienberg für Homöopathie, Naturheilverfahren, Schamanismus, Ganzheitliche Medizin, Pflege, Therapie und Wellness, www.helmert-seminare.de
Merlins-Tor Schamanisches Heilen, Astro-therapie, Coaching, spirituelle Seelsorge, Meditation, ☒ Anton-Günther-Weg 1a, 09496 **Marienberg**, ☎ 03735 -661888, www.merlins-tor.de

Naturheilpraxis Dipl. med. Sigrd Schmieder, Fachärztin für Frauenheilkunde/ Naturheilverfahren, Omega Health Coaching, Alpha-Synapsen-Programmierung, Matrix Energetics, Homöopathie, Akupunktur, TCM, Orthomolekulare Medizin, Ernährungsberatung, ☒ Freibergstr. 12, 09496 **Marienberg**, ☎ 03735-9499855, www.praxis.heilsinn.de

Privatpraxis für ganzheitliche Schmerztherapie, Dipl.-Med. Hjalmar Baldauf, Facharzt für Orthopädie, Spezielle Schmerztherapie, Chirotherapie, Diplomhomöopath, Osteopathie, Kinesiologie, Bachblüten, Neuraltherapie, Akupunktur, Biorosanztherapie, Orthomolekulare Medizin, somatoemotionales Release, ☒ Saydaer Str. 3A, 09526 **Olbernhau**, ☎ 037360-73313, www.natuerliches-heilen-baldauf.de

Zwickau/Chemnitz

Ing. Heinz Klötzner, Neue Lebensqualität Consulting UG, Gesundheit für Körper, Geist und Geld, innovative Finanzierungskonzepte, **Sonnenhaus-Rechner** auf www.neuelebensqualitaet.de, die 3. Wohnlösung Genotec ☒ Zwickauer Str. 154, 09116 **Chemnitz**, ☎ 0371-36674-50 E-Mail: info@neuelebensqualitaet.de

Pension Sonnenhof im Paradiesgrund, Inhaberin Mandy Hirsch, ganzheitliche Erholung, Naturkostbüffet, Naturkost-Zubereitungskurse, Fasten, Massagen, Naturschlafsystem, ☒ Lauenhainer Weg 35 A 08451 **Crimmitschau OT Gablenz**, ☎ 03762-40277, www.paradiesgrund.de

Zentrum Ganzheitliche Wege, Angebote zur Ganzheitlichen Gesundheits- & Lebensgestaltung u.a.: BodyTalk-System, FaceBalance, sanfte Rücken- & Gelenkpflege, Klangerlebnisse, Coaching für Herz & Hirn, systemische Aufstellungen, Vorträge, Workshops, Seminare, ☒ Chemnitz Str. 58, 09247 **Röhrsdorf**, ☎ 03722-720450, www.ganzheitliche-wege.com



datum/zeit	veranstaltungen Dezember 2012	ort
3.12. 4.12./8.1.	Qi Gong weitere Termine: 5., 10., 12.12. Reikigruppenabend Infos und Anmeldung bei Astrid Halm, ☎ 03733-556963, E-Mail: astrid-bewegungsland@gmx.de	Astrid's Bewegungsland Annabergerstr. 56 Schönfeld
5.12./17 Uhr 21.1./18 Uhr	Kochtreff mit Thermomix, Thema: „Ein Thermomix unter dem Weihnachtsbaum“ Kochtreff mit Thermomix, Thema: „Figurfreundlicher Start ins Neue Jahr“ Teilnahme kostenfrei bei verbindl. Anmeldung mit Sylvie Lutz ☎ 03774-505668, www.biohummel.de	Kaminstudio Philipp, Straße des 18. März 12, Schwarzenberg
5.12./18:30 9.1./18:30	Verbundener Atem „Durchatmen für eine besinnliche Weihnachtszeit“ Verbundener Atem „Kraft für das Neue Jahr und die guten Vorsätze aus dem Verbundenen Atem“ mit Jana Münzner, Infos Tel. 0162-7486264, E-Mail: janamuenzner@web.de	Prana Zentrum Schwarzenberg Vorstadt 4
14.12./4.1./18.1. 15 - 17 Uhr	Astrologie-Kurs freitags aller 14 Tage Grundlagen, Aszendenz und Häuser im Horoskop, jeweils 2 Stunden, Kosten 12 € pro Nachmittag, mit Jens Kästner Infos und Anmeldung bei Grit Mustroph, ☎ 0173-3822353, E-Mail: prana@mustroph.de	
6.12./19:30 7.-9.12./	offener Abend Familienstellen , Beitrag 15€, bei eigener Aufstellung 50€ mit Uwe Reißig Workshop Körper- und Symptomaufstellungen – „Krankheit als ordnendes Prinzip“ , mit Ralf E.F. Lemke, Dr. med. Burkhard Flechsig, Uwe Reißig Vortrag Osteopathie „Was hat die Niere mit dem Sprunggelenk zu tun?“ , mit Heike Erhardt, 10 € Infos u. Anmeldung Ellen & Dr. Burkhard Flechsig, ☎ 037341-50370, www.ars-medendi-gmbh.de	Naturheilpraxis Dr. Flechsig Schillerstr. 68 Ehrenfriedersdorf
6.12./19:00 8.12./19:00	Vernissage „Erzgebirgsmotive“ von Christa Buhl, Künstlerin aus Berlin, die vom Erzgebirge sehr inspiriert ist Vortrag „Der Maya-Kalender und die Gesetze der Zeit“ , der die oft unverständlichen Vorgänge auf unserem Planeten in einem anderen Licht erscheinen lässt und einen beruhigenden Einblick in die in unserer Zeit ablaufenden Prozesse anbietet, mit Andreas Kopatschek	Kunsthaus Eibenstock Eibenstock Ludwig-Jahn-Str. 12, Eibenstock
9.12./10-18 Uhr 9.12./19:00	Tagesseminar „Der individuelle Lebenszyklus im Maya-Kalender“ mit Andreas Kopatschek Film im Kunsthaus „What the Bleep do we know!?“ 14 Wissenschaftler und Dozenten über grundlegende Fragen über das Leben	
10.12./14.1. 17:00 13.12./16:30	Freier Heilungsabend , kostenlose Prana-Sitzung durch zertifizierte Anwender, nur mit Anmeldung s.u. Weihnachtsbäckerei im Kunsthaus , mit Sandra Müller Anmeldung bitte bei: Sandra Müller ☎ 037756/17589	
17.12./28.1. 21.12./18:30 22.12./12-19 Uhr	jeweils 19 Uhr Friedensmeditation offener Abend Winter Sonnenwende- Ritualfeier Schamanisches Gruppenhealing - Ritualfeier mit dem Multinstrumentalist Chris Amrhein und Stimmshamanin papajeahja Sandy Kühn, Anmeldung und Infos ☎ 0172 70 288 16 oder unter mail@stimmshamanin.de	
27.12./19:00 Uhr KONZERT 30.12./19:00	live im Kunsthaus „Southwestern Musik mit der Band Borderlands“ Reise durch Amerika mit Blues und Westernklänge Film im Kunsthaus „Der Film DEINES Lebens“ Infos und Anmeldung bei Kerstin Schreier, ☎ 037752-50428, www.kunsthaus-eibenstock.de	
7.12./19:00	Abendveranstaltung „Loslassen im Alltag“ Eine Abendveranstaltung zu Psychohygiene, Entspannung und Genuss mit Gitte Helmert in Marienberg Infos und Anmeldung im Seminarzentrum bei Marco Helmert ☎ 03735-661888, www.helmert-seminare.de Geyer	
8.12./13-19 Uhr	Selbstmotivations-Workshop „Vom Wollen in 's TUN“ - Die innere Handbremse lösen Wie die guten Vorsätze für das neue Jahr mit Kraft, Lust und hoher Wirksamkeit entwickelt und umgesetzt werden, mit Katrin Hildebrandt, Glashüttenstr. 44, Crottendorf Vortragsabend Gut gestimmt durch's Leben Mit dem ureigenen, individuellen Grundton die Kraft der Stimme nutzen, mit Stimmanalytiker Detlef Gödecke aus Berlin, www.novasonus.de, Zentrum Ganzheitliche Wege , Chemnitzstr. 58, Röhrsdorf Vor Anmeldung erforderlich! bei Katrin Hildebrandt, ☎ 037344-213381 www.ganzheitliche-wege.com	
13.12./18:30 Uhr	Vortrag Fit wie ein Turnschuh... ... und das bis ins hohe Alter. Unmöglich? Nein! Nur ist dazu in den meisten Fällen ein Umdenken und Umlernen notwendig, dann ist es keine Zauberei sich mit 60 besser zu fühlen als mit 40. Wenn ich Sie neugierig gemacht habe, dann kommen Sie einfach vorbei, ich freu mich auf Sie. 8 € Infos und Anmeldung bei Ina Klinger ☎ 03772-3729056, www.lebensfreude-ina-klinger.de	Ganzthl. Physiotherapie Ina Klinger Bergmannsgasse 1 Schneeberg
15.12./ab 15 Uhr 27.12./19 Uhr	Der Stadthor Thalheim e.V. präsentiert Weihnachtskonzert mit Kaffee und Kuchen Benefizkonzert Das Jahr klingt aus mit dem Männerchor Meinersdorf im Treppenhaus Kartenvorbestellung unter: 03721-265353 oder per E-Mail contact@ronny-r-kirchheis.de, www.neukirchner-villa.de	Neukirchner Villa Robert-Koch-Straße 5 Thalheim

datum/zeit	veranstaltungen Januar 2013	ort
	jeden Montag in der geraden Woche 19.00 Uhr BIODANZA (Anmeldung bei Christine Lukaschek ☎ 0177-7219150) jeden Montag in der ungeraden Woche 16.30 Uhr und 18.00 Uhr QiGong (Anmeldung bei Heidrun Günnel ☎ 037756-1509) jeden Freitag 19.00 Uhr Meditationsabend Freie Heilung nach Vereinbarung unter 03774 820977 – Schubert / 037756 1509 - Heidrun Günnel ☎ 037756-1509 Infos und Anmeldung bei Heidrun Günnel ☎ 037756-1509	Begegnungszentrum im Kaufland Schwarzenberg
	regelmäßig Mo und Mi offene Qi Gong Kurse ab 10.1./19 Uhr Neuer Qi Gong Grundkurs (nächster ab 7.3.) 12./13.1. Reiki Einweihung 1. Grad (nächste 23./24.2.) Reiki Behandlungen und Einweihungen nach individuellen Terminen möglich. Infos und Anmeldung bei Astrid Halm, ☎ 03733-556963, E-Mail: astrid-bewegungsland@gmx.de	Astrid's Bewegungsland Annabergerstr. 56 Schönfeld
7.1./18:30	Stammtisch „natürlich - Menschen helfen Menschen“ Thema: Schüsler Salze , im Café Anna Crottendorf, Infos bei Angelika Sändig 037344-7422	
7.1./17-18 Uhr	Kursbeginn Entspannungstraining , Beginn des neuen Kurses, in dem altbewährte Methoden mit Elementen der fernöstlichen Heilkunde kombiniert werden um Körper, Geist und Seele in Balance zu bringen, 8 Einheiten von jeweils 60 Minuten, immer montags Kosten: 80 € p.P. (abrechenbar über Krankenkasse) Vortrag „Wechseljahre - na und?“ Informationen und Diskussion zu Themen der Lebensmitte mit GfG Wechseljahresbegleiterin Ute Rademann. Erläutert werden die verschiedenen Phasen und Ebenen (körperlich, seelisch, psycho-sozial, geistig-spirituell) sowie Symptome der Wechseljahre. Im Anschluss wird Frau Rademann Ihnen für individuelle Fragen zur Verfügung stehen. 8 € p.P.	Leben+Freude Bergmannsgasse 1 Schneeberg
16.1./19 Uhr	Workshop „Japanisches Heilströmen“ In diesem Workshop erlernen Sie die Grundbegriffe einer wunderbaren Selbstheilfemethode. Einfaches Auflegen der Hände auf bestimmte Punkte am Körper genügt um Selbstheilungsprozesse in Gang zu bringen. Minimaler Aufwand - maximale Wirkung. 65 € p.P.	
19.1./10-18 Uhr	Workshop „Meridian-Klopf-Technik“ Angst, Trauer, Schmerz, Wut... einfach wegklopfen, durch leichte Berührungen bestimmter Meridianpunkte werden Energieblockaden und Störungen gelöst. In diesem Workshop erlernen Sie die Grundbegriffe dieser Selbstheilfemethode für die tägliche Anwendung. 35 € p.P. Infos und Anmeldung bei Ina Klinger ☎ 03772-3729056, www.lebensfreude-ina-klinger.de	
1.2./15-20 Uhr		
9.1./13.2. 18:30 Uhr	offene Abende für Familien- und Systemaufstellung Praxis Leicht-Sein, Max-Michel-Str. 15, Annaberg-Buchholz mit Bettina Brückner und Catrin, Infos und Anmeldung 03733-26401, AE-Mail: bettina.brueckner@gmx.de	
10.1./19:30	DanseVita-Schnuppervivencia - Erde, Wasser, Feuer, Luft - eine Tanzreise zum Quell deiner Lebenskraft , mit Ines Schmidt 10 €	
17.1./19:30	offener Abend Familienstellen , Beitrag 15€, bei eigener Aufstellung 50€ mit Uwe Reißig	
24.1./19:30	Vortrag „Drüsenpflege“ - Aktivierung und Regeneration unseres Hormonsystems , mit Angelika Sändig, 10 €	
31.1./19:30	Vortrag „Heiße Tipps gegen kalte Füße“ - Kneipp ist mehr als Wassertreten Was Kneipp für die Seele tut , mit Esther Uhlig, 10 € Infos u. Anmeldung Ellen & Dr. Burkhard Flechsig, ☎ 037341-50370, www.ars-medendi-gmbh.de	
12.1./14:00 18.1./17:00	Brotbackkurse frisches Sauerteigbrot aus frisch gemahlenem Mehl mit Sandra Müller, Anmeldung: 037756-17589	
13.1./19:00	Film im Kunsthaus „Friedlich in die Katastrophe“ Doku über die Folgen der Atomspaltung von Macin El	
19.1./19:00	live im Kunsthaus „Driven By A Dream“ mit dem Gitarristen Ad Vanderveen aus Holland mit umfangreichen Repertoire von Country, Folk & Rock und einen handgemachten, dabei zeitgemäßen Sound.	Kunsthaus Eibenstock Ludwig-Jahn-Str. 12, Eibenstock
25.1.	Vortrag „Israel“ von Falk Unger	
26.1./14-22:30	Tanzkurse mit der Tanzschule City-Dance Anmeldung E-Mail: citydance@gmx.de	
27.1.	Zeichenseminar „Blume des Lebens“ mit Jeannette und Karsten Wagner. An diesem Tag wird jeder sein individuelles Energiebild mit der Blume des Lebens auf Leinwand malen. Anmeldung www.painted-energy.com	
2./3.2.	Wochenendseminar Damanhur „Die Suche nach den vergangenen Leben“ Piviere Cetriolo und Vultura Piselio aus Damanhur, Anmeldeschluss 6.1. weitere Infos und Anmeldung bei Kerstin Schreier, 037752/504-20 (28) oder www.kunsthaus-eibenstock.de	
5. Frauenmesse „Bella Vita“ in Chemnitz am 23. März 2013 „LIEBE - Frau & Mann ganz miteinander SEIN“ (jetzt anmelden!) Anmeldung und Infos: Eva Lindner lindnerbella@yahoo.de, Tel. 03724-89504		

Termine regelmäßig:

jeden **1. Freitag**, 19 Uhr, (7.12., 4.1.)
Trommel-Übungsabend Schwarzenberg mit Denis Röher, Anmeldung & Infos: ☎ 0172-7944847

jeden **3. Freitag**, 19:30 Uhr, (18.1.)
Mantrenabend, mit Ann, Denis & Rocco, singen, trommeln, meditieren - einfach sein, Vitalzentrum SZB, offener Abend, ☎ 037756-80696

jeden **2. Samstag**, 16:00 Uhr
Familienstellen mit Anett Choulant im Yoga-Zentrum Schwarzenberg, ☎ 03774-336861

jeden **letzten Freitag**, 19:00 Uhr (25.1.)
Meditationsabend mit Übertragung von Heilenergie mit Helmut Goy in Annaberg, ☎ 03733-142180

Nach Datum sortiert auf www.bio-erzgebirge.de

Alle Angaben ohne Gewähr.

Kontakt: Ann Könnig, 037756-80696, 0152-22547608, info@bio-erzgebirge.de