



INFOBLATT

Ausgabe bio-ostsee · April bis Juni 2017

Gratis zum Mitnehmen

MiteinanderSein – Netzwerk für Gesundheit, Bewusstsein und Nachhaltigkeit

Oraler Galvanismus
**Elektrosmog
im Mund**

Seite 3

Freudvolle Bewegung
Aerial Yoga

Seite 5

Trittsteine des Lebens
Naturgärten

Rückseite

**Offene
Netzwerktreffen**

06.04. Barth

20.04. Lelkendorf

19.05. Rostock

10.06. Vipperow

Infos Seite 3



www.bio-ostsee.de

Titelmotiv von Carina Leithold · www.mandala-zauber.de

MiteinanderSein an der bio-ostsee

Das Netzwerk MiteinanderSein / bio-ostsee verbindet Menschen, die ganzheitlich denken und die durch eine gesunde, nachhaltige und liebevolle Lebensweise zusammen lösungs- und zukunftsorientierte Ideen verwirklichen. Wir stehen für ein Leben in Selbstverantwortung, Bewusstheit, Freiheit, Frieden und Mitgefühl und möchten Menschen, die dem Ruf ihres Herzens folgen und bei denen sich Talente und Fähigkeiten entfalten, ansprechen, so dass wir im Miteinander, dass sich durch Geben und Nehmen zeigt, zusammen wirken. Durch dieses gemeinsame Wirken – das Miteinander – kann es sein, das sich nachhaltig im Laufe der Zeit für alle positive Rückmeldungen zeigen, sei es persönlich oder geschäftlich. Dabei bildet das Netzwerk eine lebendige Austauschplattform, die eine Verbindung zwischen diversen Anbietern und den einzelnen Interessierten aufbaut. Die Beziehung von Mensch zu Mensch und von Mensch zur Natur bildet dabei die wesentliche Grundlage unseres Handelns.

Offene Netzwerktreffen

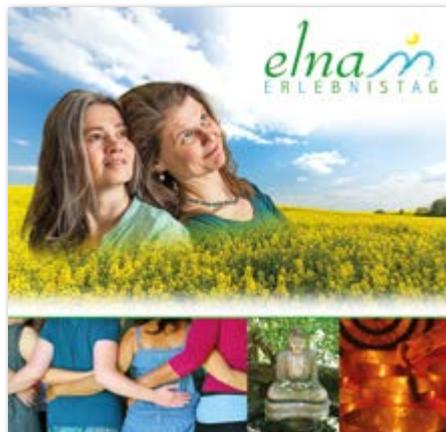
Die offenen Treffen des Netzwerkes, bieten die Möglichkeit eines persönlichen Kennenlernens und des Austausches von Erfahrungen und Erkenntnissen in verschiedenen Bereichen. Nächsten Termine:

20.04.17 um 19:00 Uhr SINNBILD Lelkendorf im Zentrum für ganzheitliche Lebensgestaltung von Heike Schubert & Thilo Lars Schubert

Schlossweg 1, 17168 Lelkendorf, www.sinnbild.org
19.05.17 um 19:00 Uhr SoLaWi Rostock
 Kennenlernen der gemeinschaftlich getragenen Landwirtschaft auf dem Hof in 18059 Wahrstorf bei Rostock, Marineweg 15a, www.solawi-rostock.de
10.06.17 um 16:00 Uhr Taiji-Akademie Müritz in Vipperow, bei Matthias Pechmann & Steffi Teeg, Lange Straße 17, 17209 Vipperow OT Solzow · www.taiji-mueritz.de

elnam-Erlebnistag

Weiterhin veranstalten wir gemeinsam mit unseren Netzwerkpartnern 2018 einen bunten Erlebnistag mit dem Namen „elnam“ (ErlebnisReich, Leben/Liebe, Natur/Natürlichkeit,



Ausgeglichen, MiteinanderSein). An Infoständen und bei Vorträgen und Workshops kannst Du an einem besonderen Tag an unserem Miteinander teilnehmen, Dich umfassend informieren und uns persönlich kennenlernen. Dieses Jahr können wir ihn leider aus unvorhersehbaren Gründen nicht durch führen. Dafür starten wir mit vielen neuen Ideen in die Planung für den elnam-Erlebnistag am 12.5.2018.

Das Netzwerk bio-ostsee bündelt und bereitet weiterhin die Informationen unserer Region auf und gibt sie durch unsere verschiedenen Kanäle (Netzwerkzeitschrift Infoblatt, E-Mail Rundbriefe und die Internetseite www.bio-ostsee.de) weiter. Wir Alle bilden dieses lösungsorientierte Netz und Eure konstruktiven Ideen, Visionen und Anregungen sind uns herzlich willkommen. Wenn Du Dich, Deine Angebote und Projekte vorstellen möchtest, melde Dich bitte bei unserer lokalen Ansprechpartnerin Mona Gärtner oder besuche eines unserer Netzwerktreffen.

Einen schönen Frühsommer und viel Freude mit diesem Infoblatt wünscht Dir von Herzen
 Mona Gärtner / Netzwerkkoodinatorin

Weitere Informationen und Kontakt:
 Mona Gärtner · Boltenhagen
 Tel. 0157 – 38656040 · info@bio-ostsee.de
www.bio-ostsee.de

Initiative für ganzheitliche Lebensführung Gesundheitstreff Rostock

von Cosima Weise / Sigrid Jäckel



Der „Gesundheitstreff Rostock“ ist eine Initiative, die unabhängig und kritisch über gesunde Ernährung, ganzheitliche Lebensführung, Krankheitsursachen und Umweltprobleme aufklärt. Das Konzept basiert auf dem Wissen und den jahrzehntelangen klinischen und ambulanten Erfahrungen von Dr. med. Max Otto Bruker. Der Gesundheitstreff

Rostock wurde im Mai 2010 als eine ehrenamtliche Initiative gegründet und arbeitet unabhängig von wirtschaftlichen Interessengruppen.

Zu den vier Mal im Jahr stattfindenden öffentlichen Veranstaltungen laden wir „Pioniere“ und „Querdenker“ als Referenten ein, die die Gäste verantwortungsbewusst informieren und ihnen Impulse vermitteln können. Diese Veranstaltungen werden sehr gut besucht von Menschen, die sich neutral und unabhängig informieren möchten und den Austausch mit „Gleichgesinnten“ suchen. Abgerundet werden die Abende mit dem Verkauf und der Ausleihe von Büchern und CDs. Großen Anklang findet auch immer die Verkostung von Gerichten aus der vitalstoffreichen Vollwertkost. Aller drei Jahre organisieren wir einen großen Gesundheitstag mit namhaften Referenten. Im vergangenen Jahr fand der 5. große Gesundheitstag im Audimax der Universität Rostock mit rund 350 Besuchern statt.

Nächster Vortrag am 30.06. 19.00 Uhr

Vegan? Vegetarisch? Vollwertig? Diese Ernährungsformen werden vorgestellt und auf ihren gesundheitlichen Wert hin betrachtet. Mit Annette Heimroth, Gesundheitsberaterin GGB.

Veranstaltungsort:

Thomas-Morus-Gemeinde, 18106 Rostock Evershagen, Thomas-Morus-Str. 4

Kontakt:

gesundheitstreff.rostock@gmx.de · www.gesundheitstreff-rostock.de

Funkenflug Erzählkunst

Die Kunst des freien Erzählens

von Birte Bernstein

Da denkt man, man setzt sich zu einer Erzählung zusammen um gemeinsam zuzuhören... und dann vergisst man alles andere, lauscht mit Hingabe und versinkt in inneren Welten. Wenn ich erzähle, erzähle ich von Herz und Mund zu Ohr und Herz.

Lauschvergnügen und Denkanstöße

Ich erzähle eine Geschichte in-wendig, niemals aus-wendig. So schafft das freie Erzählen in besonderer Weise einen Kontakt zum Publikum, in dem innere Bilder entstehen: die Heidelandschaft im Vollmondschein, der nur scheinbar harmlose Pariser Vorort, der Spaziergang der hochmütigen Kaisertochter durch den Park. Die Kraft dieser Bilder und Botschaften kann noch lange nachwirken, nähren und stärken.



Märchen und Musik, Geschichten und Klänge

Ich erzähle aus den Märchenschätzen der Völker dieser Erde oder Geschichten die mir über den Weg liefen und mich berührten. Gerne mit einer guten Mischung aus Witz und Weisheit! Ich erzähle Passendes für jede Altersgruppe und viele Anlässe, in Schulen und Seniorenheimen, auf Hochzeiten, Betriebsfeiern und in Cafés. Stets begleite ich meine Erzählungen mit wohltuenden Klängen oder arbeite mit Musikern zusammen, mit denen sich Geschichten und Musik zu einem Ganzen verweben.

Tanzen zu dritt

Erzählkunst ist wie ein Tanz zu dritt – als Erzählerin habe ich die Geschichte an der einen Hand und das Publikum an der anderen. Und eine feste Schrittfolge gibt es nicht – das macht jede Erzählung so einzigartig!

Birte Bernstein · Märchen und Erzählkunst

An der Kirche 7, 23923 Schönberg

Tel. 0152–21858531 · www.funkenflug-erzaehlkunst.de





Oraler Galvanismus entsteht durch Metalle im Mund

Elektrosmog im Mund

von Max Josef Probst, Interim Management GmbH

Nahezu jede Person nutzt in irgendeiner Weise funktentechnische Geräte, wie beispielsweise das Schnurlostelefon, das Mobiltelefon oder WLAN im Haus. Wir sind heute nicht mehr in der Lage, uns persönlich vor diesen elektromagnetischen Strahlungen direkt zu schützen, sie sind allgegenwärtig. Besondere Bedeutung gewinnen diese Strahlungen, wenn man Metalle am Körper hat, also bspw. als Zahnersatz und/oder Prothesen aus Metall, beispielsweise aus Titan.

Auszug aus der EU Resolution 1815:

Die potentielle Gefahr elektro-magnetischer Felder und deren Auswirkung auf die Umwelt **Der Europarat ist sich der Gefahren von Elektro-Smog bewusst.** Von der Öffentlichkeit fast unbemerkt wurde am 6. Mai 2011 vom zuständigen Ausschuss des Europarates für Umwelt, Landwirtschaft und regionale Angelegenheiten einstimmig eine Resolution verabschiedet, welche ein grundsätzliches Umdenken im Umgang mit elektro-magnetischen Felder und Wellen fordert. Am 27. Mai 2011 wurde die Resolution 1815 von der Parlamentarischen Versammlung der EU angenommen und zwischenzeitlich auf dem Internetportal der EU veröffentlicht. Die Resolution beinhaltet ein weit reichendes Paket an Forderungen und Empfehlungen für den künftigen Umgang mit so genanntem Elektro-Smog.

Außerdem erkennt die Versammlung in der Problematik von elektro-magnetischen Feldern und Wellen und deren potentiellen Konsequenzen für Umwelt und Gesundheit klare Parallelen wie zu anderen aktuellen Aufgaben, wie Lizenzierung von Medikamenten, Chemikalien, Pestiziden, Schwermetallen oder gentechnisch modifizierte Organismen. Sie unterstreicht deshalb, dass die Unabhängigkeit und Glaubwürdigkeit von wissenschaftlichen Gutachten ausschlaggebend ist, um eine transparente und ausgewogene Bewertung von möglichen negativen Einflüssen auf die Umwelt und die Gesundheit zu erhalten:

- Alle Möglichkeiten nutzen, um Strahlungseinwirkung, speziell von Mobiltelefonen und insbesondere auf Kinder und junge Menschen zu reduzieren, da sie offenbar besonders der Gefahr von Hirntumoren unterliegen.

- Es sind Informationskampagnen über das mögliche Risiko von biologischen Spätfolgen, speziell für Kinder und junge Menschen in fortpflanzungsfähigem Alter zu starten.
- Es sind entsprechend dem Vorsorgeprinzip präventiv Grenzwerte zu schaffen für Langzeitwirkung von Mikrowellen in Innenräumen, die 0,6 Volt per Meter nicht übersteigen dürfen und mittelfristig auf 0,2 Volt per Meter reduziert werden sollten.
- Hinweise auf mögliche Gesundheitsfolgen von DECT Telefonen, BabyPhone und anderen Geräten, welche gepulste Hochfrequenzwellen aussenden, wenn diese Geräte auf Standby Modus betrieben werden. Es sind schnurgebundene Telefonanlagen zu empfehlen oder sollte dies nicht möglich sein, Geräte die nicht ununterbrochen Mikrowellen senden.
- Für Kinder insgesamt und speziell in Schulen und Klassenzimmern sollten verkabelte Internetanschlüsse verwendet werden. Es sollten strikte Regelungen für die Handynutzung während der Pausen eingeführt werden.
- Die Erkenntnisse von früh warnenden Wissenschaftlern sind zu beachten und früh warnende Wissenschaftler sind zu schützen.

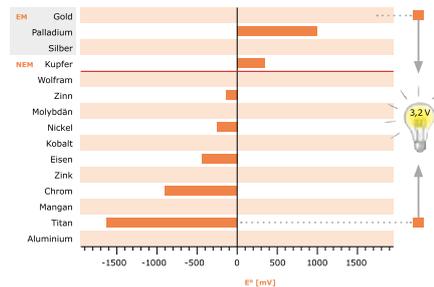


Illustration: Prof. W.-D. Müller, Charité-Berlin

Die InFormer® Akademie

Die InFormer® Akademie bietet ein Curriculum in drei Blöcken an. Block I verschafft dem interessierten Zahnarzt und Zahntechnikermeister einen Überblick über die Themen „Oraler Galvanismus“. Block II und III geht in die Tiefe und zeigt die durch Metalle im Mund entstehenden körperlichen Belastungen auf. Im Weiteren werden Maßnahmen aufgezeigt, um diese Belastungen weitestgehend zu reduzieren und die im Körper gespeicherten Metalle aus zu leiten. Schlussendlich geht es dann

darum, wirtschaftliche Alternativen zu Metallen im Mund aufzuzeigen. Mehr erfahren Sie unter www.vitanovum.info und www.vio-zahngesundheit.de oder Tel. 0175-41444 98.

Die Referenten: Bio-Physiker, Heilpraktiker und Zahntechnikmeister haben lange Jahre Erfahrung in der Stabilisierung des Organismus vor der Behandlung, der Ausleitung von Metallen und der Verwendung von Alternativen zu Metall und Amalgam.

Die InFormer® Akademie wird geleitet von Maximilian Josef Probst (Jahrgang 1953). Er studierte nach einer Lehre mit Meisterabschluss Elektrotechnik in Deutschland und Electronic Engineering in USA, in Moskau Bio-Physik mit Schwerpunkt Hochfrequenz- und Medizintechnik. Er hat seine Studien mit dem Grad MSc. (eng) und MSc. (econ) abgeschlossen. Seine Forschungstätigkeit umfasst die Umwelttechnologie, Quantenphysik und die Wirkung technischer wie natürlicher elektromagnetischer Felder auf den lebenden Organismus. Er war tätig in leitenden Positionen in der Industrie internationaler Unternehmen in Europa, Asien und Nordamerika. Außerdem entwickelte er ein Verfahren zur Bewertung immaterieller Wirtschaftsgüter und arbeitete nach Bestellung und Vereidigung als Sachverständiger durch die IHK Aachen, Berlin und München. Im Zuge seiner technischen Ausbildung sowie der Ausbildung als Heilpraktiker in klassischer und neuer Homöopathie konnte er eine Verbindung zwischen technischen Systemen und biologischen Organismen herstellen. Auf dieser Basis werden alle InFormer® Geräte entwickelt und produziert.

Literaturauszug zum Thema

1. Kunze, M. *Löslichkeit von Zahnhartsubstanzen im elektrischen Feld. Inauguraldissertation zur Erlangung der zahnärztlichen Doktorwürde der Hohen Medizinischen Fakultät der Universität zu Köln.* 2014

2. Prof. Niedermeier, W, *Oraler Galvanismus – Ursachen...ZWR-Das Deutsche Zahnärzteblatt* 2015; 124 (12): 578-584

Kontakt:
Interim Management GmbH · Max Josef Probst
Tel. 0175-4144498 · www.vitanovum.info

Sichtweise des Ayurveda

Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten

vom Ayurveda Campus Schwerin

Nahrungsmittelunverträglichkeiten können durch immunologische Reaktionen oder durch einen Enzymmangel hervorgerufen werden. In den meisten Fällen sind es Reaktionen, die durch den Konsum von Fruktose, Laktose, Histamin oder Gluten herbeigeführt werden. Ein Unwohlsein nach dem Verzehr solcher Lebensmittel wird im Ayurveda immer in Abhängigkeit von der individuellen Verdauungskraft („Agni“) betrachtet. So behandelt die Ayurveda-Medizin Allergien und

Nahrungsmittelunverträglichkeiten, indem sie durch die Stärkung des Verdauungsfeuers und dem Verzehr leicht verdaulicher Mahlzeiten den Verdauungstrakt entlastet.

Anregende Gewürze wie Ingwer und langer Pfeffer fördern das Agni und wirken wie eine Art Grillanzünder. Nach einer umfangreichen Konstitutionsanalyse lassen sich viele pflanzenheilkundliche Impulse für die Regulierung der Beschwerden setzen. Denn neben dem

Verdauungsfeuer muss auch das Element „Luft“ im Körper harmonisiert werden, da ein Übermaß an Luft-Energie („Vata“) die Hypersensibilität und auch die Anfälligkeit auf bestimmte Stoffe fördert.

Jedes Heilkraut wird individuell auf den Menschen abgestimmt und bedarf einer gezielten Integration an das ganzheitliche Ayurveda Heilkonzept.

Werde dein eigener Therapeut.
Gesund und glücklich mit Ayurveda

Weitere Infos unter: www.ayurveda-campus.de

Bärlauch-Spinat-Pesto

Rezept-Tipp von Bärbel Kirschke



Sobald der Frühling kommt, findet sich der Bärlauch in Laubwäldern an feuchten Orten wie von selbst – er riecht schon von weitem und wartet nur darauf, gepflückt zu werden. Aber bitte nicht mit Maiglöckchen verwechseln, diese sind giftig! Wer die Blätter reibt und daran riecht, dem steigt sofort der würzige, knoblauchähnliche Duft in die Nase. Sobald die Pflanzen blühen, sollten die Blätter nicht mehr verwendet werden.

In der ayurvedischen Küche wird der Bärlauch wegen seiner stoffwechselanregenden und entschlackenden Wirkung sehr geschätzt. Der Geschmack der Blätter ist scharf, bitter und salzig – ihm wird eine erhitzende Wirkung zugesprochen. Somit senkt er Vata und Kapha, erhöht aber Pitta.

Zutaten:

1 Bund Bärlauch plus die gleiche Menge Spinatblätter
50 – 80 g Oliven- oder Sonnenblumenöl
100 g Sonnenblumen- oder Pinienkerne
Saft einer ½ Zitrone
½ TL Steinsalz
Kreuzkümmel & Pfeffer zum Abschmecken

Zubereitung:

- Die Kerne in einer Pfanne ohne Fett rösten.
- Zusammen mit allen weiteren Zutaten pürieren und abschmecken.

Das Verhältnis von Spinat und Bärlauch kann nach Belieben variiert werden, reines Bärlauch-Pesto schmeckt sehr intensiv. Werden die Zutaten kräftig püriert, erhalten wir eine feine cremige Konsistenz. Wer es stückig mag, hackt die Blätter ganz fein mit einem Wiegemesser und zerkleinert die Kerne im Mörser.

Ganzheitliche Psychotherapie · Supervision · Fortbildungen Systemaufstellungen und „Käse-Yoga“

von Katrin Apitz, Heilpraktikerin für Psychotherapie und Yogalehrerin

Neben meiner Praxistätigkeit mit den Schwerpunkten ganzheitliche Psychotherapie, Hypnotherapie, systemische Paartherapie und Supervision in Leipzig und Mecklenburg biete ich regelmäßig Tagesseminare und fachspezifische Fortbildungen an.

Am **08. April 2017** von 9-16 Uhr gibt es ein ganz besonderes Angebot. „Käse-Yoga“ ist genau das: ein Wechsel zwischen anregenden und entspannenden Yogasequenzen und der Möglichkeit, selbst Käse aus natürlichen, biologischen Zutaten herzustellen und selbstverständlich auch zu genießen.

Der Anmeldeschluss zu diesem Genusstag mit Katrin Apitz und Katrin Lipka (Ernährungsberaterin) in der „Kulturbörse“, Teterower Str. 22, 17179 Gnoien ist am 02.04.

Das nächste **Tagesseminar für Systemaufstellungen** für Familie, Partnerschaft, Gesundheit und Beruf findet dann am **13. Mai in Rostock**, E.-Haeckel-Str. 1 statt.

Für genauere Informationen zu den Tagesseminaren oder für Terminvereinbarungen nehmen Sie bitte gern Kontakt zu mir auf:

Katrin Apitz
Praxis für ganzheitliche
Psychotherapie (HP)
Töpferstr. 19, 17179 Gnoien

Brandvorwerkstraße 47,
04275 Leipzig

Tel. 01577 – 4911297
www.systemik-wachstum.de



Themenreihe: Ayurvedische Behandlungen

Garshan – Massage mit Handschuhen aus Rohseide

von Bärbel Kirschke



Die Seidenhandschuhmassage gehört zu den sogenannten Trockenmassagen im traditionellen Ayurveda und wird mit Handschuhen aus Rohseide ausgeführt. Das bedeutet, als Massagemittel kommen ausschließlich Handschuhe aus Naturseide (Bourreteseide) zum Einsatz. Öle werden nicht verwendet. Dem Hauttyp entsprechend werden Handschuhe in grober oder feinerer Körnung ausgewählt. Diese Stimulation über die Haut bringt zunächst, rein äußerlich, einen Peeling Effekt mit sich und ist auch für Personen mit empfindlicher Haut gut geeignet.

Aber das ist noch nicht alles: Anders als bei Bürstenmassagen wird die Hautoberfläche nicht aufgekratzt, sondern in einer dynamischen Art und Weise sanft massiert. So wird die Haut geglättet, von abgestorbenen Hautschüppchen gereinigt und die Zellfunktion aktiviert, was zu einem straffen, frischen und jünger aussehenden Hautbild führt. Die positiven Wirkungen der Garshan-Massage (Sanskrit „gharšana = reiben“) sind schon nach der ersten Anwendung sichtbar und spürbar.

Verstärkt wird die Wirkung durch regelmäßige Anwendungen. Dies führt zu einer besseren Durchblutung, fördert den Abbau von Ama (Schlacken) und regt den Stoffwechsel und den Lymphfluss an. Schweregefühl und Trägheit werden vermindert. Deshalb ist diese Massage besonders empfehlenswert zur Kapha-Reduzierung, als unterstützende Maßnahme im Zuge einer Gewichtsreduktion, bei Fastenkuren und Cellulite.

Die Reibung der Seide auf der Haut gleicht die elektrostatische Spannung aus. Diese Stimulation des sensorischen Nervensystems wirkt sofort wohltuend und entspannend. Oft entsteht der Eindruck, als hätte der Therapeut doch Öl verwendet. Diese spezielle Massage-technik macht sich die positiven Eigenschaften der Seide* zunutze und führt neben Entspannung und Wohlbefinden zu einer seidig glatten Haut.

**Durch den hohen Anteil des Seidenleimes oder - bast (das sogenannte Serecin), das dem Seidenfaden noch anhaftet, hat die Rohseide eine natürliche Heilwirkung. Sie wirkt entzündungshemmend und beruhigt die Haut, weswegen sie im Ayurveda für Massagehandschuhe verwendet wird.*

Bärbel Kirschke – Ayurveda Praxis Gneven
Tel. 03860 – 5015014 · www.ayurveda-schwerin.de

Mandala-Zauber
Liebevolle Fotokreationen
für Balance & Lebensfreude

als **Leinwanddruck**,
Photoprint, **Acrylglassdruck**,
Postkarten, **Untersetter** u. a.

z. B. für Praxen, Warteräume,
Yogaräume oder einfach für zuhause

Tel. 037465-40535 · www.mandala-zauber.de

IMPRESSUM

Herausgeber: Netzwerk MiteinanderSein, Ann König & Uwe Reiher, Hauptstraße 133
08359 Breitenbrunn, Tel. 037756 – 879730, redaktion@miteinandersein.net

Redaktionelle Beiträge & Anzeigenannahme
Mona Gärtner, Tel. 0157 – 38656040, Boltenhagen, info@bio-ostsee.de

Redaktion: Ann König (V.i.S.d.P.), Uwe Reiher (V.i.S.d.P.)

Gestaltung: Uwe Reiher, Albertstr. 23, 09212 Limbach-Oberfrohna, info@manufaktur-medien.de

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

Auflage: 2500 Stück

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

Alle Angaben zu Veranstaltungen und Adressen ohne Gewähr. Alle Beiträge im Infoblatt stellen ausschließlich die Meinung der Verfasser dar. Sie geben nicht zwangsläufig die Meinung der Redaktion oder die Meinung anderer Autoren wieder. Verantwortlich für die Inhalte sind die Verfasser selbst.

Schattenarbeit

Reinkarnationstherapie

von Edda Weisheit

Wie kann sie uns helfen?

Ich gehe davon aus, dass wir alle nicht nur Körper-, sondern auch Geistwesen sind, die mit einem Entwicklungswillen und aus Freiheit hier auf die Erde kommen, um sich von Inkarnation zu Inkarnation weiterzuentwickeln. Sämtliche Inkarnationen sind in unserem morphogenetischen Feld gespeichert, ähnlich wie alle Informationen aus unserem jetzigen Leben in unseren Körperzellen gespeichert sind. Und auf dieses Feld können Sie im „jetzt“, also während einer Rückführung zugreifen. Die Erfahrungen, die Sie dort machen, zeigen Ihnen Ihr zeitloses Muster und an diesem können Sie dann durch Bewusstwerdung dessen, was verdrängt war, etwas ändern.

Was ist Reinkarnationstherapie?

Reinkarnationstherapie ist eine Entdeckungsreise in die Welt unserer Seelenbilder. Frühere Leben dienen als Projektionsfläche und sind der Schauplatz, auf dem wir unbewusste Lebensinhalte und Gefühle verbindlich erleben können. Auf diesem Schauplatz tummeln sich viele bekannte oder auch unerkannte Personen unseres Selbst. Diese inneren Personen tragen alle ein bestimmtes Lebensthema in sich und sind uns längst nicht immer willkommen. Viele von ihnen können wir in unserem Leben nicht gebrauchen und so drängen wir sie im Laufe unseres Lebens in den Schatten und halten sie dort unter Verschluss.

Irgendwann finden unsere verdrängten Personen keinen Gefallen mehr an ihrem Schattendasein und beschließen auszuwandern. Denn das ist das Geheimnis all dieser Figuren, sie können aus unserem Inneren auswandern und uns von außen begegnen – als Krankheit, als Schicksal, als Arbeitskollege oder Lebenspartner. Um uns nun zu mehr Bewusstheit und in Richtung Selbstverwirklichung zu entwickeln, müssen wir die in den Schatten geschobenen Inhalte und Personen wieder hervorholen und am Leben beteiligen. Und genau darum geht es bei den Rückführungen.

Die sanften Helfer

Alpaka – Therapie

von Dr. Jörg Köhn



Es ist die Ruhe und ihre Neugier, die Alpakas zu wertvollen Helfern einer Therapie macht. Sie spüren, wenn Menschen Hilfe brauchen und nehmen dann von sich aus Kontakt auf. Vergleichbar sind die Art und Weise der Behandlung und die Wirkungen mit einer Delphintherapie.

Ihre großen dunklen Augen schaffen schnell Vertrauen. Alpakas reitet man nicht. Sie werden bei Spaziergängen geführt. Sie unterhalten sich untereinander und mit dem Menschen am anderen Ende der Leine mit beruhigenden, summenden Tönen. Sie zeigen damit an, dass es ihnen gutgeht und fordern den Menschen auf, es ruhiger und entspannter anzugehen. Bei Kindern und Erwachsenen helfen sie Stress und Unruhe abzubauen.

Alle Therapien, die mit Aufmerksamkeit, Entspannung und das Wieder-Leben-Lernen z.B. nach Schlaganfall und andern Krankheiten erfordern, können Alpakas wirksam unterstützen oder Menschen nach solchen Erkrankungen für eine Therapie erst wieder „aufschließen“. Sie zeigen uns, dass alles nur schrittweise und in Ruhe zum Erfolg führt. Hast ist ihnen fremd, aber sie können auch vor Lebensfreude „überschäumen“.

Naturheilpraxis Dr. Jörg Köhn

Büdnerreihe 20a, 18239 Satow /OT Heiligenhagen

Tel. 038295-71414 · www.naturheilpraxis.dr-joerg-koehn.de

Vorstellung auf YouTube: youtu.be/WhOlrMO1h2c



Foto: Andy-pik - fotolia.com

Foto: Fotoschick - fotolia.com

Wie funktioniert Reinkarnationstherapie?

Ich gehe davon aus, dass alle Lebensfragen und Probleme eine seelische Ursache haben und deshalb auch auf dieser Ebene behandelbar sind. Viele körperliche Symptome lassen sich vermeiden, wenn wir die seelischen Hintergründe ins Bewusstsein heben. Bereits in Ihrem Geburtsbild, welches ich in die Therapie mit einbeziehe, werden Ihre ganz persönlichen Bedingungen verständlich. Auf welche Art und Weise Sie diese Bedingungen leben, welche Seelenanteile in den Schatten geschoben und welche im Licht des Bewusstseins sind, wird erst in der Rückführung deutlich. Auf dem von Ihnen selbstgewählten Schauplatz eines früheren Lebens werden Ihre Themen bildhaft, verbindlich und seelisch erlebbar. Und genau auf dieser Ebene setzt auch die Veränderung an: Was hier erkannt und gefühlt wird ist seelische Wirklichkeit. Und die Welt



im Außen verändern wir HIER an diesem tiefen inneren Ort – nämlich in uns SELBST. Genau hier in uns sind die Antworten auf unsere Lebensfragen verborgen.

Edda Weisheit – Reinkarnationstherapeutin und Astrologin (Hamburg/ Stellshagen/ Parin)

www.edda-seelenbilder.de

www.rueckfuehrunghamburg.de

Aerial Yoga

von Franziska Reuss



Über die Hälfte der Deutschen leidet laut Umfrage des Bundes an Rückenschmerzen. Die Ursachen dafür sind vielfältig: zu wenig oder einseitige Bewegung, psychische Anspannung und Unzufriedenheit.

Wäre es nicht schön, wenn wir auf freudvolle Weise unseren Bewegungsapparat auf Vordermann bringen könnten und dabei noch unsere Lebenslust steigern? Mit einer Aerial Yoga-Stunde bei Franziska Reuß weitest du deine ganze Wirbelsäule und erhältst in allen Gelenken einen angenehmen Regenerationseffekt. Ein großer Teil der Übungen wird im Luftelement und somit schwerelos durchgeführt. Mittels des Aerial Yoga-Tuchs wird dein Körper sanft umhüllt. Sobald der Körper kopfüber ist, haben die Gelenke die Möglichkeit, sich zu weiten. Wie durch einen Schwamm angezogen, durchfließt die Synovialis (Gelenksflüssigkeit) das Gelenksinnere. Das bringt dir neue Geschmeidigkeit und innere Ruhe. Außerdem erhältst du mit Aerial-Yoga ein einzigartiges Training zur Verbesserung deiner Koordination, Balance, Kraft und Flexibilität. Der Spaßfaktor liegt bei 10 von 10 Punkten.

Du glaubst es noch nicht? Schau dir gleich mal dieses Video an: [yoga-lila.de/videos/](https://www.yoga-lila.de/videos/)

Yoga Lila · Inhaber: Franziska Reuss · August-Bebel-Straße 29, 19055 Schwerin
Tel. 0385-39444302, Mobil 0151-53529344 · www.yoga-lila.de



Praxis für bewusstes Leben und natürliche Heilweisen

Dr. med. dent. Franka Engel, Heilpraktikerin

Seit Jahresbeginn habe ich die Möglichkeit erhalten, in neuen Räumlichkeiten meine Tätigkeit als Heilpraktikerin zu integrieren. Direkt am Schweriner Innensee lade ich Sie herzlich ein, sich in Ruhe Ihren individuellen Bedürfnissen und Herausforderungen zuzuwenden. Mein Hauptanliegen ist es, Menschen bei ihrer Bewusstwerdung und Selbsterkenntnis zu begleiten. Durch eine persönliche Herausforderung wurde ich auf den ganzheitlichen Weg geführt, verbunden mit einer beruflichen Neuausrichtung. Die Zugänge, die ich erhalten habe, liegen besonders in den Bereichen der Traditionellen Chinesischen Medizin, des Medizinischen Qi Gongs, der Spagyrik (eine ganzheitliche Pflanzenheilkunde), der Analyse der Geburtsdaten (Numerologie) sowie im Bereich der Ernährungsmedizin. Aufgrund meines ersten Berufes (Zahnärztin)

bierte ich ergänzende ganzheitliche Beratung zum Thema Zähne an.

Mein Wunsch ist es, Menschen so wahrhaftig wie möglich zu begleiten, vor allem bei dem Wunsch, eine natürliche Spiritualität zu entwickeln, indem ich das selber lebe, was ich empfehle. Auch sehe ich mich als Brückenbauer zwischen schulmedizinischen und naturheilkundlichen Ansätzen. Ebenso möchte ich die Möglichkeit anbieten, dass sich Gleichgesinnte mit einem gemeinsamen Ziel für Austausch und konkrete Weiterentwicklung hier treffen können.

Veranstaltungen

11.04.2017, 19 Uhr „Spagyrik“ – Pflanzenheilkunde zur Selbsterkenntnis und gezielten körperlichen, geistigen und seelischen Unterstützung

Vortrag: „Mit der Ernährung Himmel und Erde verbinden“

08.05.2017, 17 Uhr Teil 1: Nahrung für den Körper
15.05.2017, 17 Uhr Teil 2: Nahrung für die Seele
ab 18.5.17 von 17-18.30 Uhr Kurs **Duft Qi Gong** Grundstufe an der VHS.

30.05.2017, 19 Uhr „Numerologie“ - Die Aussagen Ihres Geburtsdatums, Ihrer Adresse u. die numerologische Qualität des aktuellen Jahres
26.06.2017 **Führung: Schätze am Wegesrand**, Treffpunkt erfragen

Verbindliche Anmeldung und weitere Informationen:



Praxis für bewusstes Leben und natürliche Heilweisen
Dr. Franka Engel, Franzosenweg 17 (Ecke Kalkwerderring), 19061 Schwerin
Tel. 0385–5932108

Raum Lübeck

Energetikerin Susanne Schmidt · Beauty- und Wellnesspezialistin · Natur- und Basenkosmetik, energetische Massagen, Reiki-Meisterin, schamanische Techniken, heilender Gesang, Workshops, ☒ Umlandstr. 26a, 23564 Lübeck, ☎ 0451-48958748 u. 0176-51067689, www.werzeit.de

Raum Nordwestmecklenburg

Mona Gärtner · Koordination Netzwerk bio-ostsee, Redaktion Infoblatt, ☒ Häuslewei 20, 23946 Boltenhagen OT Tarnewitz, ☎ 0157-38656040, www.bio-ostsee.de

Michael Weise · Fotograf, Koch, Hawaiian Body Flow Massage (im Tao - Gesundheitszentrum Stellschagen buchbar) · Stellschagener Straße 1a, 23948 Damshagen · ☎ 038825 - 26908

K Atelier Kunstundtherapie-MV · Birgit Schön-Schneider · Kunst- & Gestaltungstherapeutin / Kreativitätstrainerin, ausgebildet von Arno Stern in Paris im Malspiel u. der Formulierung, Meditationsausbildung · ☒ August-Bebel-Straße 26, 23946 Ostseebad Boltenhagen · ☎ 0162-722214 · www.kunstundtherapie-mv.de

D Hotel Gutshaus Stellschagen · Bio- und Gesundheitshotel mit TAO-Gesundheitszentrum · ☒ Lindenstr. 1, 23948 Stellschagen, ☎ 038825-440, www.gutshaus-stellschagen.de
Hotel Gutshaus Parin · ☒ Wirtschaftshof 1, 23948 Parin, ☎ 038881-756890 · www.gutshaus-parin.de

Augenseminare & Augenakupunktur Georg Buchheit · Heilpraktiker & Sehtainer, Akupunktur & Farbpunktur, Augenentspannung Praxis: Gesundheitszentrum Stellschagen ☎ 038825-26933 · augenblicke@e.mail.de www.lebendige-augen.de

Edda Weisheit · Heilpraktikerin für Psychotherapie, Reinkarnationstherapeutin, Beraterin in psychologischer Astrologie, Stellschagen ☎ 038825-374874 · www.edda-seelenbilder.de

B SEELENDO · Klang- und Meditationsdom Ulrike Podehl-Stock · Körpertherapeutin, Fasten-leiterin (AGL), Klangmassagepraktikerin und anerkannte Heilerin (DGH e.V.) ☒ Oberdorf 9, 23948 Parin, ☎ 03881-7584970 www.seelendo.de

U brandtgrün Bio! · Gärtnerei mit Bistro und Gartencafé · Dipl. Ing. hort. **Kristin Brandt**, Büro für Garten- und Landschaftsgestaltung, Seminare und Workshops ☒ An der Kirche 6, 23936 Stepenitzal OT Börzow · ☎ 03881-715730 www.brandtgruen.de

Raum Wismar

N Gut Saunstorf – Ort der Stille · Hotel und überkonfessionelles Kloster für Auszeit, Einkehr u. Selbsterforschung, Seminare & Workshops · ☒ Am Gutsparck, 23996 Saunstorf, ☎ 038424-223060 · www.gut-saunstorf.de

M Wirtin-Wundermild · Doris Schlott ärztl. gepr. Ernährungsberaterin, Vitalkostkurse, Buffets & Menüs, Kräuterführungen mit anschl. Zubereitung und Verkostung ☒ Neu Nantrow 3, 23974 Neuburg OT Neu Nantrow · ☎ 03842-620343, 0151-54620129 www.wirtin-wundermild.de

Raum Schwerin

Naturfriseur Schwerin · Naturfriseurin **Birgit Fründt** · ☒ Fritz-Reuter-Straße 29, 19053 Schwerin · ☎ 0385-7451086 · www.naturfriseur-schwerin.de

G Praxis für bewusstes Leben und natürliche Heilweisen Dr. med. dent. Franka Engel Heilpraktikerin, TCM, Medizin. Qi Gong, Farblichtakupunktur, Beratung zu Themen der Zähne im ganzheitl. Zusammenhang, Spagyrik, Typger. Ernährungsberatung, Numerologie ☒ Franzosenweg 17, 19061 Schwerin ☎ 0385 - 5932108

Institut für Prävention und Gesundheits-sport · Anke Töpfer · Diplom-sportwissenschaftlerin, Lizenzierte Ausbilderin der Methode zur Spiralstabilisation nach Dr. med. R. Smisek, ☒ Bornhövedstrasse 102 a, 19055 Schwerin ☎ 0171-6033214 · www.praevention-gesundheits-sport.de

W Franziska Reuß · Open Mind Events · Veranstaltungen für Körper, Geist und Seele – Workshops, Seminare, Konzerte, Ausbildungen, Raumvermietung · www.open-mind-events.de · **Yoga Lila** / Aerial-Yoga · www.yoga-lila.de ☒ August-Bebel-Straße 29, 19055 Schwerin ☎ 0385-39444302 · 0151/535 29344

Gabriele Schulz · Heilpraktikerin für Psychotherapie, Psychoonkologin (DKG), Praxis für Beratung und Therapie, Trauerbegleitung, Einzel/Gruppen, Seminare/Workshops · ☒ Bergstr. TOR 99, 19073 Groß Rogahn · ☎ 0385-7733661 0173-2404215 · www.wieder-stark-sein.de

Ingrid Hoffmann · Autorin: Tag der Stille, Lachyoga, Sat Nam Rasayan – meditative Heiltechnik, Online: Vorlese-Oma, Weisheitsgeschichten, Inspiration, Entspannung · ☒ Dorfstraße 27, 19374 Friedrichsruhe · ☎ 0172-3158169 oder 038728-21171 · www.reichtum-seele.com

Bärbel Kirschke · Ayurveda Therapeutin, Massagen, Ernährungsberatung und Kochseminare, Amnanda-Kuren · ☒ Kastanienweg 9, 19065 Gneven · ☎ 03860-5015014 www.ayurveda-schwerin.de

Susanne Reiter · Naturnahe Gartengestaltung · Naturgartenprofi, LA B. Eng · ☒ Dorfplatz 2, 19205 Stöllnitz ☎ 038853-183095 www.susanreiter.de

Praxis für geistiges Heilen & mediales Coaching · Dr. Matthias Voß · Reinkarnationstherapie / Seelenreisen / Channelings · Hauptstr. 20, 19079 Sukow (b. Schwerin) · ☎ 03861-5010830 · matthias.voss@hotmail.com

Raum Rostock

F Systemische Beratung Rostock · Elke Koeppen · Mediation, Coaching, Familien- und Systemaufstellungen, Biographiearbeit ☒ Hans-Sachs-Allee 43, 18057 Rostock ☎ 0160-94630033 · Veranstaltungsort: Praxis „menschensinder“ Schweriner Str. 65, 18069 Rostock · www.systemische-beratung-rostock.de

V Naturheilpraxis Dr. Jörg Köhn HP, prom. Biologe, TCM, Psychobionik, Homöopathie, Breuss-, bgl. Krebs-, Alpaka-Therapie, indiv. Kuren in eigener FW, Seminare & Ausbildung · ☒ Büdnerreihe 20a, 18239 Satow, ☎ 038295-71414, 0171-6103610 · naturheilpraxis@dr-joerg-koehn.de, www.naturheilpraxis.dr-joerg-koehn.de

R Der Elfenhof – Das erste vegane Hotel in Meck – Pomm · Bio-Hotel, Veganer Elfengaststube, Seminarcenter, Grüne Seele e.V., Lemuria Akademie der Lebensfreude, Naturenerg. Praxis, Elemente · u. Wildkräutergarten **Dörthe Andres** · ☒ Lange Str. 27, 18249 Viezen ☎ 038464-227293 · www.der-elfenhof.de

H Märchenpension EINKLANG · Seminarhaus, **Anita Kerstin Mecklenburg** · Spiegelgesetz-Methode, Gefäßtherapie, ☒ Seestraße 73A, 18211 Börgerende ☎ 038203-729731 · buchung@maerchen-pension.de, www.maerchen-pension.de

Naturfriseur moll · Martina Moll · Ganzheitliche Haut- und Haarpraktikerin, ☒ Dorfstr. 15, 18246 Moltenow · ☎ 038464-227265 naturfriseur-moll@gmx.de, www.naturfriseur-moll-moltenow.de

O Gemeinschaftlich getragene Landwirtschaft SoLaWi Rostock · Obst, Gemüse, Fleisch und Wurst direkt vom Erzeuger, frisch, lecker, gesund, regional und saisonal, zum Miterleben und Mitgestalten · ☒ Marineweg 15a, 18059 Warstorf · ☎ 0152-51767869 www.solawi-rostock.de

Gesundheitstreff Rostock · Veranstaltungsort: Gemeinde St. Thomas Morus, Thomas-Morus-Str. 4, 18106 Rostock-Evershagen · Sigrid Jäckel ☎ 0381-685626 · Gudrun Bernhardt ☎ 0381-7699645 · Termine 2017: 07.04. / 30.06. / 13.10. · Email: gesundheitstreff.rostock@gmx.de · www.gesundheitstreff-rostock.de

Cranio Sacrale Osteopathie · AngelaHesse ☒ Heinrich-Heine-Str. 4, 18119 Rostock-War-nemünde · ☎ 0381-3754932 www.angela-hesse.de

A Praxis für ganzheitliche Psychotherapie Katrin Apitz · Heilpraktikerin für Psychotherapie, Hypnotherapie, systemische Paar- und Einzeltherapie, System- und Familienaufstellungen, Fortbildungen, Supervision, Yoga · ☒ Töpferstr. 19, 17179 Gnoien · ☎ 01577-4911297 www.systemik-wachstum.de

Steig doch mal aus · Sybille Göring & Marina Tscheschel · Seminare: Fasten, Yoga & Achtsamkeit, Ernährung / Säuren-Basenbalance · Rostock ☎ 0171-1971995 & 0170-8685307 www.steig-doch-mal-aus.com

Halbinsel Fischland-Darß-Zingst

S Ginkgo Mare · Bio-Hotel & Gesund-Sein-Zentrum · ☒ Buchenstr.41a, 18375 Ostseebad Prerow · ☎ 038233-7013 · E-Mail mail@ginkgomare.de · www.ginkgomare.de

Y Gesundheitspraxis Sylvia Craemer · Gesundheitspädagogin für Persönlichkeitsentwicklung, Körperbalancelehrerin, Vitalanalyse- und Regulation mit starQi (TCM), BEMER, Vitalstoffberatung ☒ Schwalbenweg 11, 18356 Barth ☎ 038231-663161 · info@gesundheitspraxis-craemer.de, www.gesundheitspraxis-craemer.de

Mecklenburgische Schweiz

Z Taijiqian-Akademie Müritz · Matthias Teeg · Taijiqian, Qi Gong und meditative Schwerkunst, Gruppen- und Einzelkurse · ☒ Lange Straße 17, 17209 Vipperow OT Solzow ☎ 039923-73967 · www.taiji-mueritz.de

T SINNBILD · Zentrum für ganzheitliche Lebensgestaltung · Heike Schubert & Thilo Lars Schubert · ☒ Schlossweg 1, 17168 Lelkendorf · ☎ 039956-29581, 01590-2409206 info@sinnbild.org, info@fasten-gesundsein.de www.sinnbild.org, www.fasten-gesundsein.de

Raum Hamburg

SWASTHA · BEWUSST gesund SEIN · Heidrun Kuhne · Heilpraktikerin · ☒ Achter Lüttmoor 55 22559 Hamburg · ☎ 040-84607126, 0172-9398700 · www.swastha-bewusst-gesund-sein.de

Überregional DE, AT, CH, FR

InFormer® Technologie für natürliches Trinkwasser frei Haus und wohnungsdie Räume. Schafplatzuntersuchungen – Grundstücks- und Informationsfeld-Analysen. Persönliche Beratung durch **Max Josef Probst** · ☎ 0175-4144498 oder informer@vitanovum.info

April 2017

Dienstag, 04.04.2017

19:00 Uhr Gesundheitsvortrag **Ab jetzt gesund** mit Sylvia Craemer und Markus Meier · EGZ, Platz der Freundschaft 1, **Rostock** · **Y**

Donnerstag, 06.04.2017

19:00 Uhr **Netzwerktreffen bio-ostsee in Barth** bei Sylvia Craemer, Anmeldung bei Mona Gärtner, 0157–38656040, info@bio-ostsee.de · **Barth** · **Y**

20:30 Uhr Vortrag **Focusing: auf die Stimme des Körpers hören** mit Georg Buchheit · **Stellschlag** · **D**

Freitag, 07.04.2017

19:00 Uhr Vortrag **Die Vermüllung der Meere Was können wir tun?** mit Dr. rer. nat. Franz Eckert · VA-Ort: Gemeinde St. Thomas Morus, Thomas-Morus-Str. 4, 18106 **Rostock-Evershagen** · www.gesundheitstreff-rostock.de

19:30 Uhr **Klang-Heil-Raum Konzert** mit Mitsch Kohn (intuit. Klangmusik) · **Schwerin** · **W**

Samstag, 08.04.2017

07:45 bis 18:30 Uhr Tageskurs **Balance – Taiji – Tag** im Gutshaus Solzow an der Müritz mit Matthias Teeg · **Vipperow** · **Z**

9–16 Uhr **Käse-Yoga** (Beschreibung Seite 4) mit Katrin Apitz & Katrin Lipka · **Gnoien** · **A**

10–18 Uhr **Klang-Heil-Raum** intensiv Tagesworkshop mit Mitsch Kohn (intuitive Klangmusik) · **Schwerin** · **W**

10–18 Uhr **Heilkreis mit OM C. Parkin & Luna Müller** · 20:00 Uhr **Darshan mit OM C. Parkin Saunstorff** · **N**

Sonntag, 09.04.2017

10:00 bis 18:30 Uhr Tageskurs **Finden Sie Ihre neue Balance – Taiji-Tag in Schwerin** mit Matthias Teeg · **Schwerin** · **Z**

21:00 Uhr **Darshan mit OM C. Parkin · Saunstorff** · **N**

Dienstag, 11.04.2017

16:00 Uhr Seminar **Meine Frühlingskur mit Kräutern** mit HP Dr. Jörg Köhn · Poseidon-Apotheke, H.-Ibsen-Str. 29, 18106 **Rostock-Evershagen** · **V**

19:00 Uhr Vortrag **Spagyrik** – Pflanzenheilkunde zur Selbsterkenntnis und gezielten körperlichen, geistigen und seelischen Unterstützung mit HP Dr. Franka Engel · **Schwerin** · **G**

Samstag, 15.04.2017

20:00 Uhr **Ayurveda-Erlebnis-Abend** kleine Einführung in Ayurveda und Vorstellung der Behandlungen mit dem Ayurvedateam · **Stellschlag** · **D**

Dienstag, 18.04.2017

18.–22.4. **Stille - Meditation und Wildkräuter** mit Simone Iwendorf · **Börgerende** · **H**

Donnerstag, 20.04.2017

19:00 Uhr **Netzwerktreffen bio-ostsee** bei Heike Schubert · Anmeldung info@bio-ostsee.de · Schlossweg 1, 17168 **LELKENDORF** · **T**

Samstag, 22.04.2017

22.–28.4. **Fasten, Chinesische Medizin und Qigong** mit Anneliese Rietdorf · **Börgerende** · **H**

22.–29.4. **Basenfasten** mit Heike Schubert **Rügen** · **T**

Mittwoch, 26.04.2017

18:30 bis 21:31 Uhr **Aerial Yoga** Beginner Workshop mit Franziska Reuß · **Schwerin** · **W**

NEU IM NETZWERK

Funkenflug Erzählkunst · Birte Bernstein Märchen und Geschichten... frei erzählt mit Herz und Sinn, Klänge und Heilsames Erzählen, Geschichtenwerkstatt ☒ An der Kirche 7, 23923 Schönberg · ☎ 0152–21858531 · mail@funkenflug-erzaehlkunst.de · www.funkenflug-erzaehlkunst.de

Donnerstag, 27.04.2017

19:30 bis 21:30 Uhr **Ayurveda Fußmassage** Workshop (kostenlos) mit Bastian Wittig Schwerin · **W**

Samstag, 29.04.2017

29.4.–1.5. Konferenz **„Welche Bildung braucht der Mensch?“** Wahre Bildung befreit. mit André Stern, Thomas Grüner, OM C. Parkin **Saunstorff** · **N**

10:00 Uhr **Welt-Taiji- und Qigong-Tag** mit Matthias Teeg · **Vipperow** · **Z**

12:30 bis 15:00 Uhr **Taiji für Reiterinnen und Reiter** mit Matthias Teeg und Reitlehrerin Nadja Kießling · **Vipperow** · **Z**

20:30 Uhr Vortrag **Grüne Smoothies und hochwertige grüne Säfte** – Lebensenergie für den Alltag mit Kristin Brandt · **Stellschlag** · **D**

Sonntag, 30.04.2017

20:30 Uhr **Darshan mit OM C. Parkin · Saunstorff** · **N**

MAI 2017

Dienstag, 02.05.2017

2.–5.5. Seminar zur Entspannung der Augen: **Ferien für deine Augen** mit Georg Buchheit **Stellschlag** · **D**

19:00 Uhr Gesundheitsvortrag **Was haben Rückenschmerzen mit Energie zu tun?** mit Sylvia Craemer · EGZ, Platz der Freundschaft 1, **Rostock** · **Y**

Donnerstag, 04.05.2017

20:00 Uhr Vortrag **Rückführungen – eine Reise in die innere Bilderwelt** mit Edda Weisheit (siehe Seite 5) · **Stellschlag** · **D**

Freitag, 05.05.2017

5.–7.5. **Fit im Tuch – Aerial Yoga Ausbildung** Basisausbildung mit Franziska Reuß (siehe Seite 5) · **Schwerin** · **W**

Samstag, 06.05.2017

10:00 bis 18:30 Uhr Tageskurs **Finden Sie Ihre neue Balance – Taiji-Tag in Schwerin** mit Matthias Teeg · **Schwerin** · **Z**

Sonntag, 07.05.2017

7.–13.5. **Basenfasten** mit Heike Schubert **Rügen** · **T**

07:45 bis 18:30 Uhr Tageskurs **Balance – Taiji – Tag** mit Matthias Teeg · **Vipperow** · **Z**

Montag, 08.05.2017

8.–12.5. **Wildkräuter – Meditation – Stille – Yoga** mit Franziska Kunert und Simone Iwendorf **Börgerende** · **H**

17:00 Uhr Vortrag **Mit der Ernährung Himmel und Erde verbinden Teil 1 Nahrung für den Körper** mit HP Dr. Franka Engel · **Schwerin** · **G**

Dienstag, 09.05.2017

16–18 Uhr Seminar **Mein Breuss – Therapien des Erfahrungsheilers Rudolf Breuss** mit HP Dr. Jörg Köhn · Poseidon-Apotheke, H.-Ibsen-Str. 29, 18106 **Rostock-Evershagen** · **V**

Donnerstag, 11.05.2017

15:00 Uhr **Kräutergang mit anschließender Verkostung** mit Doris Schlott · **Börgerende** · **H**

Freitag, 12.05.2017

12. und 13.5. **Darshan mit OM C. Parkin Saunstorff** · **N**

15:30 Uhr Seminar **Der Blick nach Innen** mit Ulrike Porep · **Saunstorff** · **N**

16:00 Uhr Von **Kasperls Bratpfanne zum Zaubers Indiens** · Mit Erzählkunst aus aller Welt durch das TheaterFigurenMuseum Lübeck mit Erzählerin Birte Bernstein, www.funkenflug-erzaehlkunst.de · **Lübeck** · **C**

Samstag, 13.05.2017

10:00 bis 18:00 Uhr **Systemaufstellungen für Familie, Partnerschaft, Gesundheit und Beruf** mit Katrin Apitz · **Rostock** · **A**

Montag, 15.05.2017

15.–21.5. **Basenfasten** mit Heike Schubert **Prerow** · **T**

17:00 Uhr Vortrag **Mit der Ernährung Himmel und Erde verbinden Teil 2 Nahrung für die Seele** mit HP Dr. Franka Engel · **Schwerin** · **G**

Freitag, 19.05.2017

19:00 Uhr **Netzwerktreffen bio-ostsee SoLaWi**, Marineweg 15a, 18059 **Wahrstorf** bei Rostock Anmeldung info@bio-ostsee.de · **O**

Sonntag, 21.05.2017

21.–28.5. Seminar **Tyrannie der Kindlichkeit** – Zyklus zum jüngsten Teil der Seele, Veranstaltung der Schule für Innere Arbeit mit Luna U. Müller **Saunstorff** · **N**

Samstag, 27.05.2017

20:30 Uhr **„Holunder und seine Begleiter“** Unterhaltsamer Powerpoint-Vortrag mit Kristin Brandt · **Stellschlag** · **D**

Montag, 29.05.2017

29.5.–3.6. Seminar **Auf den Spuren eines Geistes** / Aus der Flucht vor der Angst – ins Vertrauen zum Leben – Trilogie zum Enneagramm mit Ulrike Porep · **Saunstorff** · **N**

Dienstag, 30.05.2017

19:00 Uhr Vortrag **Numerologie** mit HP Dr. Franka Engel · **Schwerin** · **G**

Juni 2017

Samstag, 03.06.2017

10:00 bis 16:00 Uhr **Familien- und Systemaufstellungen** mit Elke Koeppen · **Rostock** · **F**

Sonntag, 04.06.2017

4.6. 10–17 Uhr / 5.6. 10–15 Uhr **Tag der offenen Tür** in Verbindung mit **„Kunst offen“** mit regionalen Künstlern und Kunsthandwerkern mit HP Dr. Jörg Köhn · **Heiligenhafen** · **V**

Dienstag, 06.06.2017

6.–9.6. Seminar zur Entspannung der Augen: **Ferien für deine Augen** mit Georg Buchheit **Stellschlag** · **D**

Donnerstag, 08.06.2017

10:30 Uhr **Märchen im Kurpark – Erzählkunst für die ganze Familie** mit Erzählerin Birte Bernstein (siehe Seite 2) · Kurpark in **Boltenhagen**

Samstag, 10.06.2017

10.–16.6. **Basenfasten** mit Heike Schubert **Veggie Hotel** · Haus Linden **Prerow** · **T**

16:00 Uhr **Netzwerktreffen bio-ostsee in VIPPEROW** in der **Taijiquan-Akademie Müritz** bei Matthias Teeg · **Z**

Montag, 12.06.2017

12.–16.6. **Urlaub für die Augen** mit Patricia Diaz Lorenzo, Augenschule · **Börgerende** · **H**

Dienstag, 13.06.2017

16–18 Uhr Seminar **Miasmatische Homöopathie – Schatten der Krankheiten** mit HP Dr. Jörg Köhn · Poseidon-Apotheke, H.-Ibsen-Str. 29, 18106 **Rostock-Evershagen** · **V**

Donnerstag, 15.06.2017

20:00 Uhr Vortrag **Computerstress für die Augen** mit Georg Buchheit · **Stellschlag** · **D**

Samstag, 17.06.2017

20:00 Uhr **Ayurveda-Erlebnis-Abend** kleine Einführung in Ayurveda und Vorstellung der Behandlungen · **Stellschlag** · **D**

Freitag, 23.06.2017

Darshan mit OM C. Parkin · Saunstorff · **N**

Samstag, 24.06.2017

Mittsommer Remise Die Nacht der nordischen Guts- und Herrenhäuser im **Gut Saunstorff** · **Saunstorff** · **N**

10:00 bis 18:30 Uhr Tageskurs **Finden Sie Ihre neue Balance - Taiji – Tag in Schwerin** mit Matthias Teeg · **Schwerin** · **Z**

20:00 Uhr **Blühende Linden – Tanzende Worte – Klingende Bilder – Mittsommernacht!** mit Erzählerin Birte Bernstein · Café Miluh **Klütz** · **C**

Sonntag, 25.06.2017

07:45 bis 18:30 Uhr Tageskurs **Balance – Taiji – Tag** mit Matthias Teeg · **Vipperow** · **Z**

Montag, 26.06.2017

17:00 Uhr **Führung Schätze am Wegesrand** mit HP Dr. Franka Engel · **Schwerin** · **G**

Donnerstag, 29.06.2017

20:30 Uhr **Schneiden von Obstgehöhlen – Winterschnitt und Sommerschnitt** mit Kristin Brandt · **Stellschlag** · **D**

Regelmäßige Termine

Meditationsdom Seelendo · Parin Meditation „Der Dom schwingt“ jed. 1. u. 3. Mittwoch jew. 20:15 Uhr **Naturschallwandler Meditation** freitags **Klangmeditation** samstags, 20:15 Uhr

Systemische Beratung Rostock · Elke Koeppen
Biographiearbeit 17.04, 8. Lebensjahr-siebt / 22.05, 9. Lebensjahr-siebt / 19.06, 10. Lebensjahr-siebt

Dr. Franka Engel · Schwerin
Neuer VHS Kurs: Duft Qi Gong Grundstufe donnerstags ab 18.5. 17:00–18:30 Uhr www.vhs-schwerin.de

Atelier Kunsttherapie-MV · Birgit Schön-Schneider · Boltenhagen
Ausdrucksmales 19:00 Uhr 31.05./07.06./14.06./21.06./28.06.

Wirtin Wundermild · Doris Schlott
Kräutergang mit Kaffeeklatsch 30.4./28.5./25.6. um 14:00 Uhr

Solawi Rostock · Wahrstorf
Kennlerntag mit Hofführung jeden 1. Sa im Monat 10 und 15 Uhr

Der Elfenhof · Viezen
Yoga montags 17 und 19 Uhr **Vollmond** am 8.4./6.5. 15–17 Uhr / 6.6. 18:30–20:30 Uhr

Ginkgo Mare · Bio-Hotel & Gesund-Sein-Zentrum · Ostseebad Prerow
Tai Chi / Qi Gong montags 17 Uhr **Achtsamkeitspraxis** dienst. 17 Uhr **Yoga** mittwochs 15:30 Uhr **Infostunde „Gewaltfreie Kommunikation“** donnerst. 17 Uhr **Wirbelsäulengymnastik** freitags 17 Uhr **Yoga für Alle** freitags 18 Uhr

brandtgrün Bio! · Kristin Brandt Stepenitzal/ OT Börzow

Gartencafé & Kräutergärtnerei geöffnet ab April jeden Sa / So 13–18 Uhr **Kräuterwanderung** jeden Mi (bis Okt.) 9:30–13:30 Uhr, Gutshaus **Stellschlag** · **D**

Gesundheitspraxis Sylvia Craemer
Kurs: **Beckenboden in Balance** ab 24.5. 18:30–20 Uhr, 5 Wochen
Kurs: **Bewusst bewegen und loslassen mit Körperbalance** ab 12.04. 18:30–20 Uhr, 4 Wochen im EGZ, Verein „Frauen in der Wirtschaft“, **Rostock**, Platz der Freundschaft1
Körperbalance am Strand ab 1.6. mo, di, do, fr 10–11 Uhr, in **Zingst**, am Strandübergang 14a
mi 9:30–10:30 Uhr, do 17:30–18:30 Uhr in **Prerow**, am Strandübergang 22

Taijiquan-Akademie Müritz · Vipperow
Kurse: **Finde Deine neue Balance – TAIJQUAN – Die Fundamente** regelmäßige Termine, Kosten: 9 €
Waren: montags, 18:30–19:30
Solzow: dienstags, 17:00–18:00,
Malchow: mittwochs, 19:30–20:30 Uhr
Mirow: donnerstags, 17:00–18:00 Uhr

In Ostseebad Boltenhagen Meditatives Ausdrucks malen

mit Birgit Anna Frieda Schön-Schneider

Tauchen Sie zum Tagesausklang in die Welt der Farben ein. Ob in der Kleingruppe mit anderen Teilnehmern oder Einzelnen, hier können Sie den Alltag hinter sich lassen. Malen, was und wie Sie es möchten. Einfach mal die Seele baumeln lassen und die Fantasie fließen lassen, das ist an diesem Ort möglich. Hier darf im kreativen Prozess Schaffenskraft und Lebensfreude geschöpft werden. An diesem Malort findet keine Bewertung oder Interpretation der Bilder statt. Die Freude am eigenen schöpferischen Handeln steht hier im Vordergrund, so können Sie ihre individuelle Ausdrucksweise und Ihren einzigartigen Malstil entdecken.

Kleingruppentermine

Jeden Mittwoch im Juni/Juli/August, Dauer 2,5 Stunden, Beginn 19:00 Uhr
31.05.2017 / 07.06.2017 / 14.06.2017 / 21.06.2017 / 28.06.2017
Einzeltermine: individuell buchbar

Atelier „Malort Ostseestrand“ · Birgit A. F. Schön-Schneider
Kunst- und Gest.therapeutin/Psycholog. Beraterin/Künstlerin
August-Bebel-Straße 26, 23946 Ostseebad Boltenhagen
Tel. 0162-7222214 · info@mal-ort-ostsee-strand.de
www.mal-ort-ostsee-strand.de



Im Atelier „Farbrausch-MV“ am Malort Ostseestrand Marine- und Seemalerei

von Anna Frieda Schön-Schneider

Seit 9 Jahren können sich europaweit künstlerisch-kreative Menschen in meinem Atelier an Workshops und Einzelunterricht in den unterschiedlichsten Arten ausdrücken. Vom Zeichnen, über Acryl- und Ölmalerei bis hin zum Skulpturenbau. Die Marine- und Seemalerei war dabei immer ein großes Thema. Die Teilnehmer genießen es nicht nur im Atelier an der Marina der Weißen Wiek, sondern auch draußen in der Natur zu arbeiten.



Malurlaub an der Ostseeküste „Marine- und Seemalerei“

07.-11. Juni und September 2017 · Einzeltermine zu anderen Zeiten sind jederzeit individuell buchbar.

Weiterhin gibt es für Künstler Workshop-Fortbildungen mit internationalen Künstlern/Gastdozenten:

Ralf Heynen (NL)

- **Portrait** 24.-28. März und Oktober 2017
- **Fotorealistische Malerei** 13.-17. Juni 2017

Brita Seifert (DE/NL)

- **Zeichnen-Workshop** 17.-20. August und September 2017

Atelier „Farbrausch-MV“ am Malort Ostseestrand
Birgit Anna Frieda Schön-Schneider
Mecklenburger Allee 1 im Dorfhof Weiße Wiek, 23946 Ostseebad Boltenhagen
Tel. 0162-7222214, info@mal-ort-ostsee-strand.de
www.mal-ort-ostsee-strand.de

Naturgärten – Trittsteine des Lebens

von Susanne Reiter



Wildbienen auf einer Löwenzahnblüte

Naturgärten sind lebendige, gestaltete Gartenräume im Sinne der Erhaltung der heimischen Artenvielfalt und mittlerweile Überlebensraum für viele Tiere und Pflanzen.

Balkonkästen, Gärten und Firmengelände können durch naturnahe Gestaltung in natürliche Lebensräume „zurück“ verwandelt werden. Sie sind dann Stätten der Artenvielfalt und des Blütenreichtums sowie Trittsteine des Lebens. Durch die vorwiegende Nutzung heimischer Wildpflanzen bieten wir der Tierwelt Nahrung und Wohnraum. In den Jahrhunderten gemeinsamer Evolution haben sich intensive Beziehungen zwischen Pflanzen und

Tieren herausgebildet; so sind beispielsweise die Raupen von Tagpfauenauge, Admiral und Kleinem Fuchs ausschließlich auf Brennnesseln als Raupennahrung angewiesen – ebenso wie über 20 weitere Schmetterlingsarten von ihr ernährt werden. Das heißt jetzt nicht, dass der ganze Garten voller Brennnesseln sein soll, doch ein kleines Eckchen sollten wir für sie reservieren – den Schmetterlingen zuliebe.

Trockenmauern und Steinhügel schaffen Versteckmöglichkeiten; Blumenbeete mit vielen verschiedenen Wildblumen bieten Nahrung für Schmetterlinge, Bienen und Hummeln und deren Nachkommen. Dabei werden,

quasi ganz nebenbei, auch unsere Erdbeeren und Tomaten von den fleißigen Bestäubern besucht und befruchtet. Die Samen von Wilder Möhre, Karde, Königskerze, Wegwarte und anderen heimischen Wildpflanzen dienen, wenn Sie über Winter stehenbleiben dürfen, als Nahrung für Stieglitze und Grünfinken in der kalten Jahreszeit. Die Stängel der Pflanzen sind gleichzeitig Überwinterungsquartiere und Kinderstube für verschiedene Insekten.

Je mehr Lebensräume ein Garten oder ein Firmengelände bietet, umso ausgewogener ist das biologische Gleichgewicht und der Mensch braucht nicht ständig einzugreifen und verbringt die Zeit im Garten hauptsächlich in der Hollywoodschaukel und mit dem Beobachten und Genießen seines Gartens. Naturgärten bieten Raum für lebendige Artenvielfalt und Lebensräume für Schmetterlinge, Vögel und Insekten – und für uns, denn sie bieten Plätze, an denen wir Menschen Ruhe finden und unsere Seele aufatmet. Im stressigen Alltag sind solche Ruheinseln wichtiger denn je! Naturgärten gestalten ist Gärtnern mit der Natur und das Brückenbauen zurück zu Natur.

Susanne Reiter
Naturnahe Gartengestaltung
Dorfplatz 2
19205 Stöllnitz
Telefon 038853-183095
www.susannereiter.de

