

KÖRPER GEIST SEELE MAGAZIN BREMEN

APRIL / MAI 2015

FREI ERHÄLTLICH

KGS

WWW.KGSBREMEN.DE



WIR - ICH - WIR

Kosha Anja Joubert: Das "Wir" in der Praxis

Lama Marut: Eine verbindende Ethik

Bertold Ulsamer: Schuld und Versöhnung

Willigis Jäger: Über Grenzen, Liebe und Heilung

Karlheinz A. Geissler / Jonas Geissler: Zeit ist ...

Gemeinschaften – Freundschaft

Wir sprechen über LEBEN UND TOD!

Vorträge und Ausstellung rund um Leben, Sterben, Tod und Trauer.

Auszüge aus dem Vortragsprogramm:

Freitag, 8.5.

11.30 – 13.00 Uhr

„Aus Krisen gestärkt hervorgehen“

Prominente Gesprächsrunde mit
Bärbel Schäfer, Markus Majowski,
Susanne Conrad

Moderation: Andrea Ballschuh

13.30 – 14.15 Uhr

„Patientenverfügung und Vorsorge“

Dr. Daniel Combé, Rechtsanwalt

16.15 – 17.45 Uhr

„Hilft Spiritualität bei Krankheit und
Sterben?“

Gesprächsrunde mit Experten

Samstag, 9.5.

11.30 – 12.15 Uhr

„Kondolieren – aber wie?“

Anke Grimm, Ev. Erwachsenenbildung
Niedersachsen

13.30 – 14.00 Uhr

„Kinder und ihr Umgang mit Trauer“

Beate Alefeld-Gerges, Trauerland

15.30 – 17.00 Uhr

„Das neue Bremer Bestattungs-
gesetz“

Neue Möglichkeiten, neue Grenzen,
neue Erfahrungen

Gesprächsrunde mit Experten



LEBEN UND TOD

FORUM.MESSE.FACHKONGRESS

8.- 9. MAI 2015

MESSE BREMEN



Titelthema: WIR - ICH - WIR

Das "Wir" in der Praxis Text: Kosha Anja Joubert	4
Gemeinschaften und Gemeinschafts-Initiativen	8
Eine verbindende Ethik Text: Lama Marut	11
Über Grenzen, Liebe und Heilung Text: Willigis Jäger	14
Schuld und Versöhnung Text: Bertold Ulsamer	16
Freundschaft	20
Zeit ist ... auch Zeit zum Lieben Text: Karlheinz A. Geissler / Jonas Geissler	22
TCM-Tipp: Knoblauch von Nathali Winckler	24
Ständige Rubriken	
Sehen • Hören • Erleben	34
Wer macht Was - Im Internet	36
Kalender	38
Forum - Visitenkarten	45
Termine	53
Wer macht Was (ohne Termine)	55
Kleinanzeigen (mit Terminen)	61
Impressum	62

Bildnachweise: Titel © Les Cunliffe / Seite 3 © Photocreo Bednarek / Seite 4-5 © ARochau / Seite 6 oben © thinglass / Seite 6 unten © Rawpixel / Seite 7: Irland - Hintergrundbild © captblack76 / Seite 8: Fotos Clan B © Clan B / Seite 8: Fotos Solidarische Ökonomie Bremen © Solidarische Ökonomie Bremen / Seite 9: Fotos Ökodorf Sieben Linden © Michael Würfel / Seite 9: Fotos Lebensgarten Steyerberg © Petra Völker / Seite 9: Fotos ZEGG © ZEGG gGmbH / Seite 11 © Les Cunliffe / Seite 12 © Rawpixel / Seite 14 © Smileus / Seite 16 © BONIN / Seite 17 oben © Clemens Schüßler / Seite 17 unten © Photocreo Bednarek / Seite 19 Blüte: © olhaafanasieva Seite 20 Hintergrund: Seite 20 links © Jürgen Fälchle / Seite 20 rechts © Mitarat / Seite 21 links © Wavebreak-media/micro / Seite 21 rechts © sabine hürdler / Seite 22 © Thomas Otto / Seite 23 unten © Robert Kneschke / Seite 24 © kovaleva_ka / Mittelbild © Syda Productions / Seite 62 © marcus_hofmann

Editorial

Liebe Leserin, lieber Leser,

„Sonderrechte“ und „Sonderkonditionen“ mögen Einzelnen zwischendurch erstrebenswert erscheinen, doch irgendwann entdecken die meisten, dass es ihrem eigenen Wohl dient, die fundamentalen Rechte, Bedürfnisse und die Würde *aller* Menschen zu achten, und sich auch für das Wohl anderer einzusetzen. Soziale Systeme wiederum profitieren davon, den Wert *jedes* und *jeder* Einzelnen zu sehen und die Entfaltung seiner / ihrer Potentiale zu fördern.

Glücklicherweise wird die Zahl derer, die zeigen, dass das „Wir“ und das „Ich“ mit viel Freude und zum Wohle aller Hand in Hand gehen können, von Tag zu Tag größer.

Herzliche Grüße
Ingrid Antons & Ruth Haselwander

Ein besonderer Dank an alle Helfer und Förderer, für ihre Unterstützung bei der Produktion des KGS Bremen.

Nächste Ausgabe: Juni/Juli 2015

Redaktionsschluss: 30. April 2015

Anzeigenschluss: 7. Mai 2015

Tel: 0 44 08 - 80 91 92 0

www.kgsbremen.de

Das „Wir“ in der Praxis

Wege zur Förderung der Gemeinschaft

Text: Kosha Anja Joubert

Ich kam als Jugendliche zu der Überzeugung, dass die Apartheid und das Dritte Reich erst möglich wurden, weil Menschen nicht miteinander sprachen über das, was sie innerlich bewegt und verbindet.

Erst da, wo man sich nicht mehr mitteilt und wo man die andere Seite nicht mehr hört, kann die Fremdheit so groß werden, dass strukturelle Gewalt zur Realität wird. Wären Konzentrationslager möglich gewesen, hätte man das Schluchzen und Grauen über Stacheldraht hinweg in deutschen Wohnzimmern gehört? Wäre die Apartheid möglich gewesen, hätten südafrikanische Mütter aller Hautfarben sich ausgetauscht über die Sorge um die Zukunft ihrer Kinder? Wie viele Menschen haben sich angewöhnt, schweigend über Unrecht hinwegzusehen?

Wie können wir die Hochburgen unserer mentalen Konzepte verlassen, die individuelle Separation lösen und die soziale Fragmentierung aufheben?

Wir sind eingeladen, das Wesentliche an- und auszusprechen. Wie kommt es, dass wir so oft neben unseren liebsten Angehörigen leben, ohne gemeinsam zu erkunden, was uns im Inneren bewegt? Wie können wir lernen, Gemeinschaft dort aufzubauen, wo wir leben? ... Die Zeit ist reif, die Bilder in unseren Köpfen über ‚die Wirtschaftsbosse‘, ‚die Hausmütter‘, ‚die afrikanischen Flüchtlinge‘, ‚die Hippies‘, ‚die Türken‘, ‚die Deutschen‘ loszulassen und stattdessen das Gespräch zu suchen.

Wir sind eingeladen, einen gesellschaftsweiten kooperativen Diskurs aufzubauen, in dem es um eine gemeinsame Suche nach Lösungen geht.



Wie sähe eine tatsächliche Demokratie aus, die nicht auf die Macht der Mehrheit, sondern auf die Weisheit der Vielfalt setzt?

Das „Ich“ und das „Wir“ im Spannungsbogen

Es scheint, dass seit den 60er Jahren ein so großer Nachdruck auf individuelle Freiheit und die Herausbildung eines gesunden Selbstwertgefühls gelegt wird, dass wir uns selbst und unsere Kinder zu einem Heer von sich selbst überschätzenden Egoisten herangezogen haben. Aus dieser Einsicht folgt der Aufruf zu einer neuen Ethik, die dem kollektiven Wohlbefinden einen stärkeren Schwerpunkt einräumt.

Die Kräfte von Konkurrenz und Kooperation, von Vielfalt und Einheit, die Ausformung des Individuums und des Kollektivs ergeben von jeher ein fruchtbares Spannungsfeld ... Die Spannung ist naturgemäß nicht auf eine Lösung angelegt. Stattdessen stehen wir vor der Aufgabe, uns einer ausbalancierten Mitte anzunähern und uns sich neu bildenden Gegebenheiten immer wieder feinfühlig anzupassen.



Die Weisheit geht uns verloren, wenn wir unserem Gefühl der Verantwortung nicht mit Integrität entsprechen. Und sie findet wieder zu uns in dem Maße, in dem wir üben, unsere Integrität ganz zu entwickeln.

Methoden

Sprechstabsrunden

Anwendung: Einsammeln von vielfältigen Sichtweisen; die Gleichwertigkeit der TeilnehmerInnen steht zentral.

In vielen Situationen ist es wichtig, die traditionelle hierarchische Formensprache zu durchbrechen, wenn wir die Kreativität aller Beteiligten ins Spiel bringen wollen ...

Oft wird ein Stab (oder anderer Gegenstand) reihum gereicht, um die Aufmerksamkeit jeweils auf die Person zu lenken, die gerade das Wort hat. ... Eine kurze Pause zwischen den Beiträgen bietet dem Gesagten Raum zur Entfaltung.

Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg

Rosenberg spricht von der „Giraffensprache“, die wir nutzen, um uns selbst transparent zu machen und andere tiefer zu verstehen. Die „Wolfsprache“ hingegen bedient sich trennend wirkender Worte, die Bewertungen und Urteile in den Vordergrund stellt. Wir fallen in sie zurück, sobald wir in Bedrängnis kommen. Sie trennt uns von unserem Gegenüber in dem Versuch, uns selbst und unsere Strategie zu rechtfertigen. In der Giraffensprache üben wir, Situationen und Fragestellungen neutral zu beschreiben und dabei auf eigene Urteile und Vorwürfe zu verzichten ... Welche Bedürfnisse stehen hinter unseren Gefühlen? ... Gibt es einen konkreten Wunsch, den wir diesbezüglich an unser Gegenüber richten wollen? Können wir, auch wenn ein Nein als Antwort kommt, unserem Gegenüber zugewendet bleiben? - Können wir selbst ein Nein aussprechen, ohne uns von unserem Gegenüber innerlich zu trennen?

Open Space nach Harrison Owen

Der Grundgedanke von Open Space ist, einen offenen Raum zu bieten für das, was aus der Gruppe ungeplant entstehen möchte. Die inhaltliche Ausrichtung entscheidet darüber, wer sich angesprochen fühlt und teilnimmt.

Das erste gemeinsame Treffen findet im Großraum statt.... Zunächst wird die Frage gestellt: Wer möchte sich zu welchem Thema treffen?

Grundprinzipien:

1. Es treffen immer die richtigen Menschen zusammen. Das bedeutet ein Ja zu den Menschen, die da sind.
2. Es geschieht jeweils genau das, was zu diesem Moment geschehen kann.
3. Das Treffen fängt immer zur richtigen Zeit an ...
4. Es hört zur richtigen Zeit auf ... manchmal ist nach kürzester Zeit alles gesagt, was gesagt werden wollte.

Gesetz der zwei Füße: Jeder ist selbst verantwortlich dafür, dass er zur richtigen Zeit am richtigen Ort ist, um seinen Teil beizutragen.

Zum Abschluss des Tages kann gemeinsam reflektiert werden, was die Höhepunkte des Tages waren und welche neuen Einsichten und Ergebnisse es gab.

Können wir selbst ein Nein aussprechen,
ohne uns von unserem Gegenüber
innerlich zu trennen?

World Café

Das World Café möchte anregen zu echten Gesprächen über Fragen, die uns bewegen. Kleine Tische mit jeweils vier bis fünf Tischgästen laden ein zu einem zwischenmenschlichen Kontakt ...

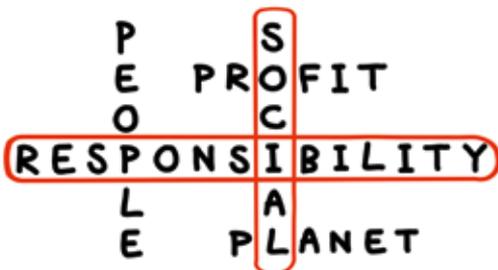
Man entscheidet sich, die Plätze zu wechseln, während jeweils einer als *Gastgeber* am Tisch sitzen bleibt.
Der Rest ... verteilt sich neu.
Gedanken und Einsichten werden vernetzt ...

Leitlinien

- Ziel und Zweck des Zusammentreffens wird festgelegt
- Die Fragen richten die Energie des World Café aus
- An den jeweiligen Tischen sollten alle zum Sprechen eingeladen werden. Jeder Beitrag ist gleich wichtig.
- Die Teilnehmer teilen zum Abschluss mit, welche Einsichten sie berühren und für welche neuen Ideen sie sich begeistern.

Verantwortung und Führungskraft

Herausragende Führungspersönlichkeiten wie Mahatma Gandhi, Nelson Mandela und Wangari Matthai verfügen anscheinend über eine Unverwundlichkeit ihrer Integrität und Klarheit ihrer Absichten. Es gibt letztendlich unendlich viele Möglichkeiten, in einem System Verantwortung und dadurch Führungskraft zu übernehmen. Das beinhaltet in erster Linie eine ganze Menge Arbeit. Ob wir Leitung als Unterstützung oder Unterdrückung erfahren, hängt von vielen Faktoren ab. Wenn wir



erlebt haben, wie herausfordernd es ist, selbst die Verantwortung für das Gelingen eines Projektes zu tragen, fällt es uns leichter, die Leitung anderer wertzuschätzen. Eine gute Leitung bewegt sich auf dem schmalen Grat zwischen Führung geben (Energie ausrichten) und Offenheit für das, was kommt (Energie empfangen).

In Wirklichkeit gibt es mehr als genügend Verantwortung zu tragen und wir sind alle aufgefordert, unsere Leitungsfähigkeiten zu entwickeln. Die Welt geht sicher nicht daran zugrunde, dass zu viele Menschen Verantwortung übernehmen. Die Frage ist viel eher, wie wir aussteigen können aus der Verantwortungslosigkeit, egal ob wir gerade politisch wichtige Positionen innehaben oder einfache Bürger sind. Führende Politiker ziehen sich darauf zurück, auf Grund der Wählerschaft und Wirtschaftslage nicht so zu können, wie sie wollen.

Manager meinen, sie können nicht wegen der Aktionäre, denen sie maximale Profite schuldeten. Bürger fühlen sich wiederum machtlos wegen der schlimmen Politiker und Manager. Die Weisheit geht uns verloren, wenn wir unserem Gefühl der Verantwortung nicht mit Integrität entsprechen. Und sie findet wieder zu uns in dem Maße, in dem wir üben, unsere Integrität ganz zu entwickeln.

Es ist gut, wenn Verantwortung und Leitung möglichst breit über die Organisation oder das System verteilt ist. So sind auch Ökosysteme und das menschliche Gehirn aufgebaut.

© Textauszüge mit freundlicher Genehmigung aus:

Kosha Anja Joubert
Die Kraft der kollektiven Weisheit
Wie wir gemeinsam schaffen,
was einer alleine nicht kann
J. Kamphausen Verlag (2010), 210 Seiten



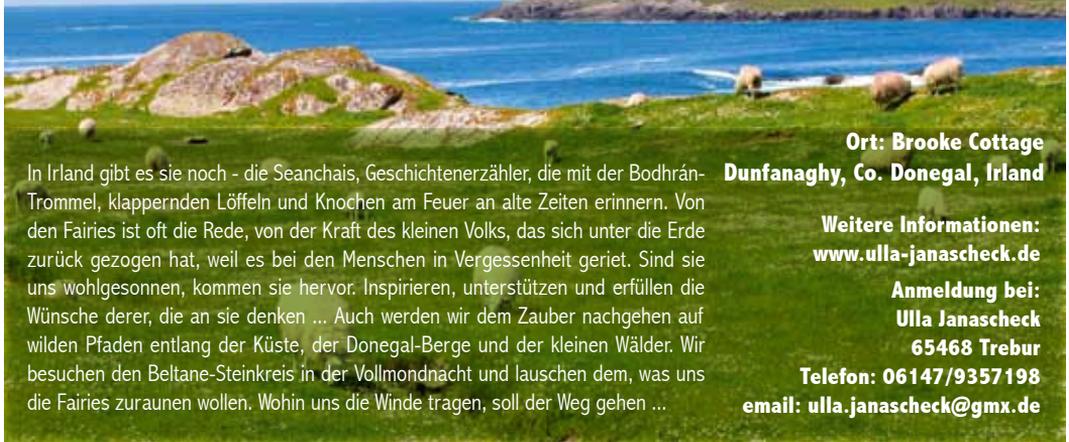


Von Feen & Feuern

Kraft & Magie der Auszeit

Zwei zauberhafte Irlandreisen
mit Ulla Janascheck

29.08. - 06.09. oder 11. - 20.09.15



**Ort: Brooke Cottage
Dunfanaghy, Co. Donegal, Irland**

**Weitere Informationen:
www.ulla-janascheck.de**

**Anmeldung bei:
Ulla Janascheck
65468 Trebur**

**Telefon: 06147/9357198
email: ulla.janascheck@gmx.de**

In Irland gibt es sie noch - die Seanchais, Geschichtenerzähler, die mit der Bodhrán-Trommel, klappernden Löffeln und Knochen am Feuer an alte Zeiten erinnern. Von den Fairies ist oft die Rede, von der Kraft des kleinen Volks, das sich unter die Erde zurück gezogen hat, weil es bei den Menschen in Vergessenheit geriet. Sind sie uns wohlgesonnen, kommen sie hervor. Inspirieren, unterstützen und erfüllen die Wünsche derer, die an sie denken ... Auch werden wir dem Zauber nachgehen auf wilden Pfaden entlang der Küste, der Donegal-Berge und der kleinen Wälder. Wir besuchen den Beltane-Steinkreis in der Vollmondnacht und lauschen dem, was uns die Fairies zuraunen wollen. Wohin uns die Winde tragen, soll der Weg gehen ...



ALMA

CAFÉ · RESTAURANT

Internationale Vegetarische und Vegane Küche für:

- Betriebsfeiern und Familienfeiern
- Hochzeiten
- Full Catering
- Event Location
- Tagungen und Seminare
- Frische Küche mit besten Zutaten
- Entspanntes Ambiente im Grünen,
direkt an der Lesum

Lesumbroker Landstr. 95
28719 Bremen
Reservierungen und Info:
Telefon: 0421 - 692 175 02
Email: info@alma-bremen.de
www.alma-bremen.de



Gemeinschaften und Gemeinschafts-Initiativen

Auf diesen Seiten werden einige der zahlreichen Gemeinschaften und Gemeinschafts-Initiativen vorgestellt, die nach Möglichkeiten einer solidarischen, nachhaltigen Lebensweise suchen, sie erproben und z.T. schon seit vielen Jahren praktizieren.

Gemeinschaft Clan B



Clan B ist ein ökologisches und kulturelles Gemeinschafts-Projekt in der ehemaligen Jugendherberge Sandhatten (bei Oldenburg). Begegnungscafé, Kulturarbeit und Seminarbetrieb. „Es ist mir wichtig, dass jeder gehört wird. Dafür wird Raum und Zeit gegeben. Es geht darum, sich offen mitzuteilen und wertzuschätzen, um Achtsamkeit untereinander. Im Clan B gibt es keine spirituelle Ausrichtung, wir sind ein kunterbunter Haufen. Wir schöpfen aus unseren vielfältigen Erfahrungen sowie aus denen von bestehenden Gemeinschaften, die bereits Jahrzehnte etwas zusammen geschaffen haben.“ (Gabriela Luft, Mitbewohnerin)

Weitere Informationen: www.gemeinschaft-clanb.de

Solidarische Ökonomie Bremen



Unter diesem Motto arbeiten ca. 20 Leute theoretisch und praktisch am Aufbau einer Alternative zum herrschenden Wirtschaftssystem. Allen gemeinsam ist die Sehnsucht nach einer nachhaltigen, solidarisch-kooperativen Welt. Derzeit befassen sie sich vor allem mit konkreten Handlungsmöglichkeiten, die die Energiewende ‚von unten‘ voranbringen sollen: einer Energiewende-Community, Ökostrom, Bürger-Solaranlagen, Energiespar-Partys, Info- und Diskussionsveranstaltungen. Weitere Informationen: www.solidarische-oekonomie-bremen.de

Ökodorf Sieben Linden

Das Ökodorf Sieben Linden ist eine Lebens- und Dorfgemeinschaft, in der seit 1997 unterschiedliche Wege einer zukunftsfähigen Lebensweise in den Bereichen Ökologie, Soziales, Kultur und Ökonomie entwickelt und erprobt werden.

- Die Bewohner verstehen Sieben Linden als einen Ort für persönliches Wachstum und für Suchende, die keine fertigen Antworten brauchen, - ein offenes System mit ehrlicher Kommunikation, das sich selbst organisiert. Wichtig sind ihnen u.a. die Ökologie, soziale und globale Gerechtigkeit, Gewaltfreiheit und ein naturnahes Leben auf der Grundlage von Selbstverantwortung und weitgehender Selbstversorgung.

Weitere Informationen: www.siebenlinden.de



Lebensgarten Steyerberg e.V.

Der Lebensgarten Steyerberg ist eine Siedlungsgemeinschaft, die sich als Modell- und Forschungsprojekt für ein harmonisches Zusammenleben miteinander und mit der Natur versteht. „Wir haben ca. 100 Mitglieder im Lebensgarten. Das ist eine enorme Vielfalt die uns auch auszeichnet. Vom Millionär bis Harz 4 Empfänger lebt hier ein ‚bunter Haufen‘ ... Wir teilen auch Toleranz in religiösen Anschauungen ... Jeder ‚Lebensgärtner‘ hat eine wirtschaftliche Selbstverantwortung, d.h. jeder sorgt für sich selbst. Gegenseitige Unterstützung gibt es ggf. auf privater Ebene, nicht als Anspruch an die Gemeinschaft.“ (Petra Völker, „Lebensgärtnerin“)

Weitere Informationen: www.lebensgarten.de



Bildungszentrum ZEGG gGmbH

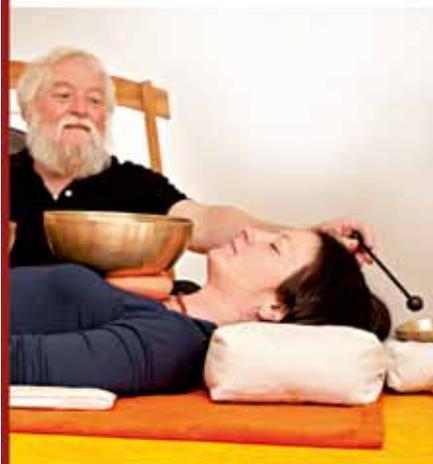
Das ZEGG besteht seit über 20 Jahren. Es ist ein soziales und ökologisches Modellprojekt, in dem 100 Menschen zusammenleben. Sie sind verbunden durch gemeinsame Werte und das Experiment, sie im Alltag zu leben. Dabei liegt ihr Augenmerk auf den sozialen, spirituellen, ökonomischen und ökologischen Aspekten ihres Tuns. Im gemeinnützigen Bildungszentrum gibt die Gemeinschaft ihr Wissen weiter. In den Erfahrungsräumen, die das ZEGG bietet, wird Wert auf Herzlichkeit und Berührbarkeit, offene Kommunikation und Selbstverantwortung gelegt. Es gibt u.a. Angebote im Bereich Kommunikation und Kunst sowie Seminare zu Liebe, Sexualität u. Partnerschaft.

Weitere Informationen: www.zegg.de



Professionell mit Klang arbeiten

Fundierte Aus-, Fort- und Weiterbildungen
in der *Peter Hess-Klangmassage*



Die *Peter Hess-Klangmassage* führt schnell in einen Zustand der Ruhe und Entspannung. Die Ausbildung wird zu einem besonderen Erlebnis für Sie selbst, das Sie genießen und weitervermitteln können.

- **25.-26.04.2015** Klangmassage I in Lübeck mit *Nico Freis* · Kursgebühr: 220 €
- **09.-10.05.2015** Klangmassage I in Schwerigen b. Nienburg mit *Peter Hess* · Kursgebühr: 220 €

Peter Hess Institut (PHI) · Ortheide 29 · 27305 Uenzen · Tel.: 04252-9389114
E-Mail: info@peter-hess-institut.de · www.peter-hess-institut.de

Online Shop und aktuelle Infos unter:
www.hess-klangkonzepte.de



hess klangkonzepte
seit 1989

Peter Hess® Klangschaalen und alles für die Klangmassage

In unserem liebevoll gestalteten Laden *Varadas* in Uenzen finden Sie auf drei Etagen alles rund um Klangschaalen, Gongs und Schlägel sowie Zubehör für die Klangmassage.

Gerne beraten wir Sie auch telefonisch.

Ladenöffnungszeiten: Mo.-Mi., Fr. 9-12 Uhr

Do. 9-18 Uhr · Sa. 10-15 Uhr



Fordern Sie gerne unseren aktuellen kostenlosen Katalog an.

Nepal Importe / hess klangkonzepte seit 1989 / *Varadas* (unser Laden vor Ort)
Uenzer Dorfstr. 71 · 27305 Uenzen

Tel.: 04252-2411 · E-Mail: bestellung@hess-klangkonzepte.de



Eine verbindende Ethik

Text: Lama Marut

... immer mehr Menschen sind auf der Suche nach einer sinnvollen Existenz außerhalb der traditionellen religiösen Identitäten ... Auf diese Entwicklungen eingehend, hat der Dalai Lama kürzlich ... erklärt, er neige immer stärker zu der Auffassung, dass es an der Zeit sei, eine Möglichkeit des Denkens über Spiritualität und Ethik zu finden, die von jeder Form von Religion unabhängig sei. In seinem *Buch der Menschlichkeit: Eine neue Ethik für unsere Zeit* beschreibt er ein Programm für ein gutes, ethisch einwandfreies Leben und vertritt die Auffassung, dass Religion allein nicht mehr ausreiche, um das, worum es heute gehe, zu schaffen. "Einer der Gründe hierfür ist, dass viele Menschen keiner bestimmten Religion mehr anhängen. Ein weiterer Grund liegt darin, dass die Menschen im Zeitalter der Globalisierung und in multikulturellen Gesellschaften immer stärker miteinander vernetzt sind und eine in einer bestimmten

Religion verwurzelte Ethik nicht für alle eine Bedeutung hat, sondern nur einige von uns anspricht. ... Was wir heute brauchen, ist eine ethische Grundlage, die sich nicht auf Glaubenssysteme bezieht und daher sowohl für religiöse als auch für nicht-religiöse Menschen annehmbar ist: eine säkulare Ethik."

Ein ethisches Leben zu führen – ein von Uneigennützigkeit bestimmtes Leben, statt eines von ungezügelterm Egoismus bestimmten, ein durch Integration und Verbundenheit gekennzeichnetes Leben, statt eines Lebens, für das Entfremdung und kurzsichtiger Narzissmus kennzeichnend sind – ist nicht nur für Menschen wichtig, die einer bestimmten traditionellen Religion folgen.

... leider führt die Identifikation mit einer formalisierten Religion oft dazu, dass Menschen sich berechtigt fühlen, ihr Bedürfnis, ein Jemand zu sein ...



Zentrum für Primäre Prävention
und Körperpsychotherapie



10. Fachtagung für Primäre Prävention

Frühe Prägungen

Eltern-Säugling – (Körper-)Psychotherapie im Dialog

Neue Erkenntnisse aus Bindungsförderung,
Krisenintervention und Babytherapie



mit Matthew Appleton, Dirk Beckedorf, Darrel Combs, Paula Diederichs, Thomas Harms, Ludwig Janus, Klaus Käppeli, Cornelia Reichlin, Barbara Schlochow, Antonia Stulz-Koller u.a.

8.–10. Mai 2015 in Oldenburg, Kulturzentrum PFL

Telefon 0421 3491236 · www.zepp-bremen.de/fachtagung

Über Grenzen, Liebe und Heilung



Text: Willigis Jäger

Wir sind uns viel zu wenig bewusst, wie stark wir eingegrenzt, abgeschnitten, vereinsamt sind durch die Eingrenzung unserer Ichstruktur. ... Diese Eingrenzung macht uns auf der einen Seite zu Menschen, auf der anderen Seite macht sie uns aber auch blind gegen die anderen und gegen unser wahres Wesen.

Heilung geschieht, wenn wir dessen Grenzen verlassen können, um uns diesem Raum zu öffnen. ... Heilung bedeutet, sich für diese unsere göttliche Mitte zu öffnen.

Liebe heilt. Liebe hilft offensichtlich mehr als alle anderen Mittel. Liebe ist die beste Medizin, nicht nur im übertragenen Sinn. Krankheit ist oft nur ein Symptom für mangelnde Zuwendung.

... Was wir am Ende unseres Lebens in Händen haben, sind nicht unsere Leistungen und unsere Werke.

Wir werden uns zuerst und vor allem der Frage stellen müssen, wie viel wir geliebt haben.

Unser Leben in Partnerschaft und in Gemeinschaft wird .. fruchtbar, wenn es in ausgewogener Weise zwischen Abgrenzung und Verschmelzung, zwischen Ich und Du, zwischen Stille und Wort, zwischen Einkehr und Hinaustreten, zwischen Arbeit und Ruhe Gestalt annehmen kann.

... Jesus setzt sein Leben mit dem eines jeden anderen Menschen gleich. Meister Eckhart sagte daher zu Recht: »Wer Gott mehr liebt als seinen Nächsten, der liebt ihn noch nicht auf vollkommene Weise.«

Es geht um die Einheitserfahrung mit allem und jedem, aus der die wahre Liebe aufsteigt. Und wer liebt, empfängt. Denn Liebe ist wie der Ruf in eine Echowand – es schallt zurück, wenn ich hineinrufe. Diese Liebe verändert die Menschen.

© Textauszüge mit freundlicher Genehmigung aus:

Willigis Jäger
Klang des Göttlichen

Vier-Türme-Verlag, 160 Seiten





Schuld und Versöhnung

Text: Bertold Ulsamer

Schuld ist ein grundlegendes menschliches Thema. Das gilt im Kleinen wie im Großen für den privaten Bereich. Ist die Weihnachtsgans noch ethisch korrekt oder ein Sündenfall? Mit dem Flieger in den Urlaub oder nicht? Einen Platz für den alten Vater im Pflegeheim suchen oder ihn selber aufnehmen? Untreu sein in der Beziehung oder allen Versuchen widerstehen? Aber auch im öffentlichen Bereich geistert Schuld immer irgendwo mit. Flüchtlinge aufnehmen oder zurückschicken? Entwicklungshilfe einfrieren oder vergrößern?

Auf eine ganz und gar ursprüngliche Form von Schuld treffen wir beim Austausch von Geben und Nehmen.

Zwischenmenschliche Beziehungen werden lebendig im Austausch. A gibt B etwas. B nimmt es an, entweder weil er es braucht oder als ein Geschenk. Beide haben jetzt keine neutrale, distanzierte

Beziehung mehr, sondern sind durch den Austausch verbunden. Jeder Mensch hat dabei im Inneren ein feines Gefühl für den fairen oder gerechten Ausgleich.

Die Verantwortung für einen Schaden

Es scheint eine Instanz im Innern des Menschen zu geben, die unabhängig von dem reagiert, was der eigene Kopf an Begründungen und Rechtfertigungen findet. Wenn diese Instanz das eigene Handeln als Verletzung eines anderen empfindet, entsteht in der Tiefe ein Schuldgefühl.

Angesichts der eigenen Unvollkommenheit kommen einfach die Momente, in denen wir andere verletzen. ... Schuld setzt keinen bösen Willen oder eine böse Absicht voraus! ... es gibt tragische Zufälle, bei denen jemand trotzdem große Schuld spürt.

»Tätige Reue« bezeichnet die Sühne, indem der Verletzte im Angesicht der eigenen Schuld etwas

Jeder Mensch hat
im Inneren ein feines Gefühl
für den fairen oder gerechten Ausgleich.



Gutes tut. Jemand erkennt damit an, was er getan hat. Weil er es nicht mehr ungeschehen machen kann, sucht er nach einem Ausgleich als indirekte Wiedergutmachung. Die muss nicht notwendigerweise dem Opfer zugutekommen. Dazu heißt es in dem von Gunthard Weber herausgegebenen Band *Zweierlei Glück*: »Persönliche Schuld, die jemand anerkennt und auf sich nimmt, wird nicht mehr gefühlt, sondern wandelt sich in Kraft zum Handeln...«

Versöhnung

1996 war in Südafrika die Apartheid, die Unterdrückung der schwarzen durch die weiße Bevölkerung, schon einige Jahre beendet. ... Täter und Opfer, bzw. die überlebenden Angehörigen der Opfer, lebten weiter zusammen im gleichen Staat. Die Befürchtung in dieser Zeit war, dass das Streben nach Gerechtigkeit und Bestrafung der Täter das Land explodieren und im Chaos enden lassen würde. Nach langen Verhandlungen einigten sich die

ehemaligen politischen Gegner auf die Wahrheits- und Versöhnungskommission...

Ziel war die Versöhnung von Tätern mit Angehörigen der Opfer sowie ein möglichst vollständiges Bild von den Verbrechen, die während der Apartheid verübt worden waren.

Aber bisweilen war das schrecklich für die Angehörigen. Viele fanden diese Lösung nicht befriedigend,... Auf der anderen Seite weiß niemand, wie die Situation in Südafrika ohne diese Kommission eskaliert wäre. Nelson Mandela drückte es so aus: Verbitterung ist ein »Luxus, den wir uns als Land einfach nicht leisten können«.

Mir scheint es, dass der Westen hier einiges von den Afrikanern lernen kann. Was tun wir als Gesellschaft und Gemeinschaft, damit Opfer und Täter Heilung erfahren? Eine Frau aus Ruanda, Eugénie, die dem Mörder ihrer Mutter, ihrem früheren Nachbarn Nsanganira aus dem Stamm der Tutu, begegnet, sagt



Eine Pilgerreise durch die eigene innere Landschaft

Miek Pot

Innere Stille finden

Der kontemplative Weg

112 Seiten gebunden mit Schutzumschlag € 14,99 (D)

»Stille ist ein Weg zum Sein. Es hat mit unserem Wesen zu tun. Damit ist nicht die äußere Stille gemeint, sondern ein innerer Weg, der zu uns selbst führt.«
Miek Pot

SCORPIO PSYCHOLOGIE

www.scorpio-verlag.de

SCHÜTZT DIE ARKTIS!

www.greenpeace.de/arktis

GREENPEACE

dazu: »Das Wort für Vergebung in unserer Sprache Kinyarwanda bedeutet so viel wie ›miteinander weinen‹. Der Täter weint über seine Tat, das Opfer über seinen Verlust. Und weil sie es gemeinsam tun, kann Vergebung geschehen.«

Wir können in der großen Politik erleben, wie belastend es für die Beziehung zwischen Nationen ist, wenn frühere Schuld und früheres Unrecht nicht zugegeben werden. Und gleichzeitig erleben wir, wie Nationalstolz es verhindert, solches durch ein Volk selbst begangenes Unrecht zu benennen.

Für den Umgang mit der deutschen Schuld steht als herausragende Geste der »Kniefall von Warschau«. Als Bundeskanzler der Bundesrepublik Deutschland legte Willy Brandt am 7. Dezember 1970 unmittelbar vor der Unterzeichnung des Warschauer Vertrags zwischen Polen und der Bundesrepublik Deutschland am Ehrenmal der Helden des Gettos in Warschau einen Kranz nieder.

Nach dem Richten der Kranzschleife verharrte er nicht wie üblich etwa eine halbe Minute.

Der Journalist Hermann Schreiber, der zugegen gewesen war, schrieb eine Woche später: »Wenn dieser [...] für das Verbrechen nicht mitverantwortliche, damals nicht dabeigewesene Mann nun dennoch auf eigenes Betreiben seinen Weg durchs ehemalige Warschauer Getto nimmt und dort niederkniet – dann kniet er da also nicht um seinetwillen. Dann kniet er, der das nicht nötig hat, da für alle, die es nötig haben, aber nicht da knien – weil sie es nicht wagen oder nicht können oder nicht wagen können...« Wenn Willy Brandt zu dieser Geste fand, dann drücken sich darin die Erschütterung und der Schmerz über das im Namen Deutschlands Geschehene aus. Er nahm das Schlimme wahr und ließ die Trauer darüber zu. Damit ist eine Brücke möglich zu den Opfern und ihren Nachkommen. Und solche Brücken sind notwendig.

© Textauszüge mit freundlicher Genehmigung aus:

Bertold Ulsamer

Acht Gesichter der Schuld
Ansätze zur Überwindung
Scorpio Verlag, 240 Seiten





www.kgsbremen.de

Hamburger Institut für systemische Lösungen
www.systemloesungen-hisl.de

Neue Wege - Neue Chancen



Praxisorientierte
 nebenberufliche
 Weiterbildungen



Bis 750 € Förderung durch Bildungsprämie

- Systemischer Beziehungstherapeut**
 - Systemischer psychologischer Mediator**
 - Systemischer psychologischer Coach**
 - Systemischer psychologischer Berater**
- Einstieg in alle Weiterbildungen noch möglich !

Verschiedene Workshops

Professionelles Stressmanagement
 25.-26.04.2015

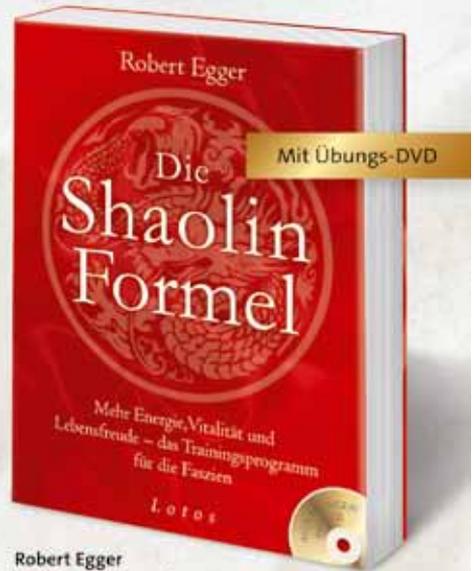
Aikido-Rhetorik: Der mit dem Wort tanzt ©
 28.-29.04.2015

Umgang mit dem inneren Kritiker
 12.-14.06.2015

Familienaufstellungen in der Einzelberatung
 20.-21.06.2015

J. Steilmann 040-572 011 63 • D. Werner 040-410 15 71

Energie und Lebensfreude statt Stress und Rückenschmerzen!



Robert Egger
Die Shaolin-Formel
 256 Seiten • € 19,99 [D]
 ISBN 978-3-7787-8247-7

Entdecken Sie die Kraftquelle der berühmten Shaolin-Mönche: Die zwölf einfachen Bewegungen der Shaolin-Formel wirken direkt auf die Faszien (das Bindegewebe) und laden Körper, Geist und Seele mit ungeahnter Energie und Lebenskraft auf.

L o t o s

www.ansata-integral-lotos.de

Freundschaft

Vielleicht muss man die Liebe
gefühlt haben, um die Freundschaft
richtig zu erkennen.

- Nicolas Chamfort -

Freundschaft ist eine Tür zwischen
zwei Menschen. Sie kann manchmal
knarren, sie kann klemmen, aber
sie ist nie verschlossen.

- Balthasar Gracián y Morales -

Wirklich gute Freunde sind Menschen,
die uns ganz genau kennen
und trotzdem zu uns halten.

- Marie von Ebner-Eschenbach -

Freundschaft ist nicht nur
ein köstliches Geschenk, sondern auch
eine dauernde Aufgabe.

- Ernst Zacharias -



Kein Weg ist lang,
mit einem Freund an der Seite.

- Japanische Weisheit -

Der beste Weg, einen Freund zu haben,
ist der, selbst einer zu sein.

- Ralph Waldo Emerson -

Ein Freund ist ein Mensch, der
die Melodie deines Herzens kennt
und sie dir vorspielt,
wenn du sie vergessen hast.

- Albert Einstein -

Blumen können nicht blühen ohne
die Wärme der Sonne. Menschen
können nicht Mensch werden ohne
die Wärme der Freundschaft.

- Phil Bosmans -

Ein freundliches Wort ist
mehr wert
als es kostet.

- Ernst Ferstl -



Zeit ist ...

auch Zeit zum Lieben

Text: Karlheinz A. Geissler u. Jonas Geissler

Ob man Zeit als *sinnvoll* oder *sinnlos* verbrachte Zeit erlebt, beantwortet nicht die Uhr, sondern die Zeitqualität. Die Motivation, zum Beispiel die Arbeitsmotivation, die Leistungsbereitschaft und das Engagement, das man einzubringen mag, sind abhängig von den qualitativen Erfahrungen der Zeit. So gesehen, ist es sogar aus ökonomischer Sicht sinnvoll, den Blick nicht nur auf die Uhr, sondern immer auch auf die Zeitqualitäten zu richten.

»Denn alles
nimmt ein gutes Ende
für den, der warten kann.« (Leo Tolstoi)

Wie viel besser wäre es
um unser Alltagsleben bestellt,
wenn wir vor Entscheidungen ein
einstündiges »Silentium« einführen würden!

Zeitwohlstand

Sprechen wir von Wohlstand, dann tun wir das traditionell im Zusammenhang mit dem Besitz von materiellen Gütern. Heute ist das Versorgungsniveau der Menschen mit Gütern und Leistungen relativ hoch – wir sprechen in diesem Zusammenhang von »Überflussgesellschaften«. Also diskutieren wir inzwischen aus unterschiedlichen Gründen ein



Warten verhindert etwas und ermöglicht damit etwas anderes, das ohne Warten keine Chance gehabt hätte...

© Time is Honey, Oekom Verlag



breiteres Verständnis von Wohlstand. Zu diesem gehört an prominenter Stelle auch der »Zeitwohlstand« ... Zeitwohlstand ist »ausreichend selbstbestimmte Zeit«. Dabei geht es um die freie Verfügung über die Zeit und die Dispositionsfreiheit in der Zeit.

Pausen und Muße

Wie viel besser wäre es um unsere Politik, aber auch um unser Alltagsleben bestellt, wenn wir der Tradition der Jesuiten folgen würden und vor Entscheidungen ein einstündiges »Silentium« (eine stille Pause) einführen würden!

Die Jesuiten sahen darin die Chance, dem Heiligen Geist eine Möglichkeit zu geben, die Entscheidung mit zu beeinflussen.

Muße, das ist verfügbare Zeit, über die nicht verfügt wird, ist der Zustand zeitlicher Offenheit, bei dem man sich in den Fluten und Wellen der Zeit hin und

her treiben lässt. ... Die Zeit zeigt sich im Zustand der Muße als Freundin, sie kommt einem ganz nah, wird aber nicht zum Thema. Sie bietet einem den Arm, und wenn man die Gelegenheit ergreift, dann kann man mit ihr gemeinsam durchs Wirkliche und Unwirkliche flanieren. ... Man muss bereit sein, sich vom Alltagsgetümmel zu entfernen, um sich bereitzuhalten, den Augenblick zu ergreifen und zu genießen.

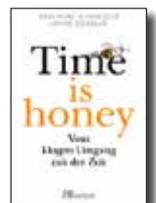
© Textauszüge mit freundlicher Genehmigung aus:

Karlheinz A. Geissler u. Jonas Geissler

Time is Honey

Vom klugen Umgang mit der Zeit

Oekom Verlag, 256 Seiten



Kräutertipps aus der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM)

Nun tatsächlich der vielbeschworene

Knoblauch



Knoblauch gehört seit den Zeiten der Vampir-märchen zu den bekanntesten Heilpflanzen, vielleicht weil er Parasiten wie Würmern zu Leibe rücken kann. Als hochwirksames, aber auch sehr heißes Kraut ist er nicht für alle Menschen geeignet. Wer oft Kälte ausgesetzt ist und seinen inneren Ofen anheizen möchte, profitiert von ihm. Als scharf und erwärmend stuft ihn die Traditionelle Chinesische Medizin ein und ordnet ihn der Wandlungsphase Metall zu. Wegen dieser Schärfe kann zu viel Knoblauch zu Schulter- und Nackenverspannungen führen und Schlafstörungen verstärken – das Leberblut wird dadurch angegriffen. Als akutes Kraut kann er bei Infekten trotzdem **kurzfristig** und hochdosiert eingesetzt werden, da er das Immunsystem ankurbelt. Wenn das Umfeld über Erkältungen klagt und die Kinder verschnupft sind, sich Schüttelfrost und ein kaltes Gefühl im Nacken eingestellt hat (ohne Fieber!), dann kann eine große Portion roher Knoblauch und anschließende Bettruhe das Ruder in Richtung Gesundheit herumreißen.

Der Geruch kann über den (Nicht-)Anfang von Liebesgeschichten entscheiden, geht doch die erste direkte Kontaktaufnahme über das Beschnuppen. Sein spezifischer Geruch beruht auf seinem hohen Gehalt an Allicin, das an der anti-mikrobiellen Aktivität des Knoblauchs maßgeblich beteiligt ist.

Knoblauch wirkt vor allem in roher Form gegen Bakterien, Viren und Pilze. Ungleichgewichte der Darmflora können sich in Blähungen, Heißhunger auf Süßes, verstopften Nebenhöhlen und einer Erkältungsanfälligkeit, aber auch in schwerwiegendem Durchfall und Nahrungsunverträglichkeiten äußern. Wenn Anzeichen von Hitze wie Brennen und Entzündungen fehlen, können Knoblauch kombiniert mit Kümmel die Pflanzen der Wahl sein. Wenn Bronchitis mit weißem Schleim die Lungen verlegt, bewegt und entschleimt Knoblauch. Knoblauch wirkt auf die Gefäße schützend und das Blut verdünnend.

Menschen mit Migräne und niedrigem Blutdruck sollten achtsam mit der Wunderknolle umgehen. Knoblauch hemmt die Blutgerinnung – deshalb nur in Absprache bei der gleichzeitigen Einnahme von Medikamenten zur Blutverdünnung.

Knoblauch kann uns bei den modernen Varianten der Vampire wie Grippeviren und Cholesterin zur Seite stehen.

Alles Gute wünscht

Nathali Winckler

Nathali Winckler, Heilpraktikerin,
www.winckler-tcm.de/blog



Sue Gurnee (USA) zu Gast in Deutschland

Hamburg: 18./19. April 2015 - Seminar: Dualität überwinden

Vorlieben und Abneigungen mit ihrer Etikettierung als "gut" oder "schlecht", die meistens Teil der frühkindlichen Erziehung sind, können sich auf den Entscheidungsstil des Erwachsenen übertragen. In diesem zweitägigen Prozess der energetischen Programmierung baut jeder Teilnehmer Brücken zu erweiterten Einschätzungen und eröffnet sich neue Wege der Wahrnehmung. Anmutig und leicht wird Sue Gurnee Sie von einer zweidimensionalen "Ja"- oder "Nein"-Analyse mit deren Scheinlösungen zu einer vielseitigen Art und Weise führen, wie Sie spontan zu einer Lösung kommen, indem Sie die Kraft Ihres Limbischen Systems einsetzen. Das Seminar ist offen für neu Hinzukommende sowie für Menschen, die bereits mit Sue gelernt haben.

Beide Seminare mit Übersetzung ins Deutsche. Seminarunterlagen in Deutsch und Englisch.

Anmeldungen für Hamburg
bitte an Claudius Brenneisen per Mail: c.brenneisen@yahoo.de

Anmeldungen für Wiesbaden
bitte an Andrea Hillebrand per Mail: info@rolfingpraxis.com

Weitere Informationen unter:
www.suegurnee.com

Wiesbaden: 2./3. Mai 2015 - Seminar: Körperenergetik 2015

Besuchen Sie diesen Kurs und erlernen Sie eine Methode, mit der Sie Ihre Energiefelder aufspüren und ins Gleichgewicht bringen können. Auf diese Weise erhalten Sie das Wohlbefinden Ihres Körpers aufrecht. Erkennen und adaptieren Sie energetische Muster, die das bestmögliche Funktionieren Ihrer Körpersysteme behindern könnten. Besuchen Sie diesen interaktiven Kurs, um persönliche Charts anzulegen und zu benutzen, die Ihre 12 Körpersysteme überprüfen. Durch die Aufrechterhaltung von unterstützenden Energiefrequenzen des Wohlbefindens können sich Haltung, Anmut und Flexibilität steigern. Wenn Sie Ihr feinstoffliches energetisches System aktiv verbessern, fördern Sie Ihre Standfestigkeit, Ausdauer und Langlebigkeit.

www.suegurnee.com

M-K Europa
Die Kraft der Fermente Man-Koso
für die ganze Familie
M-K Europa GmbH & Co. KG
Siedlungsweg 2 | 36148 Kalbach
Tel. 0049 (0)9742/9 30 02 72 | www.mk-europa.de

schiemherrschaft der landeshauptstadt münchen
heiler, schamanen, therapeuten und wissenschaftler aus aller welt
15. - 17. mai 2015
Welt kongress der ganzheitsmedizin
www.institut-infomed.de

Die Bäume schlagen aus und Allergien schlagen zu

Im Mai beginnen die Pollen der Bäume und Gräser ihre Hochflugzeiten. Weide, Ahorn, Birke, Eibe, Esche, Flieder, Platane, Rotbuche, Rosskastanie, Walnuss, fast alle Gräser sowie Spitzwegerich, Löwenzahn & Konsorten versprühen ihren Charme und leider auch die winzigen Plagegeister in Hülle und Fülle.

Allergiker reagieren darauf heftig mit Asthma, geröteten Augen, Fieber, Juckreiz, Kopfschmerzen und Müdigkeit.

Wenn man nicht bloß vorübergehend die lästigen Symptome sondern die Ursachen des Heuschnupfens beseitigen will, sind rein natürliche Heilsubstanzen ein guter Weg, um der Störung des Immunsystems beizukommen. Ganz oben auf der Liste der effektiven Mittel stehen hier enzymaktive Aminosäure-Konzentrate, die in Form fermentierter Reinsubstanzen aus vegetarischen Zutaten angeboten werden, so die neusten Erkenntnisse aus der Erfahrungsheilkunde.

„Natürlich gewonnene Aminosäure-Kombinationen sind in der Lage, zusammen mit den Zellwandstrukturen der Milchsäurebakterien wirksame immunmodulierende Eigenschaften auszubilden. Kein anderes natürliches Mittel mag Vergleichbares zu leisten. Besonders bei Autoimmunerkrankungen ist das wichtig, denn hier muss das Immunsystem sensibel angepasst und ausgeglichen werden, sonst bilden sich Antikörper aus, die die Immunität wieder angreifen“, so die Heilpraktikerin B. Gieben, die zudem mit einfachen Tipps für die Hochflugzeit aufwartet:

- Trocken Sie ihre Wäsche im Haus
- Schützen Sie Ihre Augen und tragen Sie im Freien eine Sonnenbrille
- Waschen Sie jeden Abend Ihre Haare, um ungestört schlafen zu können
- Bringen Sie Pollenschutzgitter an Ihren Fenstern an und lüften Sie möglichst nur in den Regenphasen
- Ergänzen Sie Ihre Nahrung mit fermentierten Aminosäuren-Konzentraten, um ihr Immunsystem zu modulieren.

„Von Ende Januar bis Ende August litt ich an einer Apfel-, Haselnuss- und Pollenallergie. Kortison vertrug



So wird beispielsweise in Asien per Hand fermentiert: Bio-Rohkost, Getreide und Nüsse durchlaufen unter Zusatz von Milchsäure- und Hefebakterien über Jahre hinweg mehrstufige Gärprozesse, um die benötigte hohe Konzentration der erwünschten Mikroorganismen zu gewinnen. So entstehen naturidentische Reinsubstanzen für die biochemische Balance im Körper.

ich nicht und die Atemnot nahm so zu, dass meine Bronchien in Mitleidenschaft gezogen wurden. Ab November '11 kurte ich mit täglich 3 x 3 g eines fermentierten Aminosäuren-Konzentrats. Seit drei Jahren bin ich beschwerdefrei, hin und wieder ein kleiner Schnupfen, und das war's“, so die süddeutsche Pharmazeutin B. Engelmann. Sie erklärt sich die effektive Wirkung so: Mikronährstoffe wie Aminosäuren, Laktobazillen, Polyphenole und Mineralien, die bei der Fermentation vegetarischer Nahrungskomponenten entstehen, sind in der Lage für die Wiederherstellung eines optimalen Zellmilieus zu sorgen,

das einen ordnungsgemäßen Ablauf der Immunreaktionen überhaupt erst möglich macht. Bei hohem oxidativen Stress, der durch Allergien hervorgerufen wird, wird beispielsweise viel Glutathion, eines der wichtigsten Antioxidantien des Körpers, verbraucht. Gebildet wird es aus den drei Aminosäuren Glutaminsäure, Cystein und Glycin. Sinkt der Glutathionspiegel zu stark ab, verändert das Immunsystem seine Reaktionsweise. Es werden Gene aktiv, die allergiefördernde Botenstoffe des Immunsystems bilden. Jetzt reagieren Antikörper und Immunzellen aggressiv auf sonst harmlose Substanzen. Dazu gehören Pollen, Nahrungsmittel, Federn oder Tierhaare.

Um der Allergie erfolgreich entgegen zu wirken, ist es daher wichtig, den Glutathionspiegel anzuheben. Im zweiten Schritt regen weitere Aminosäuren das Immunsystem an. Dazu gehören insbesondere das Arginin zur Abwehr von Viren und Methionin zusammen mit Vitamin C zur Entzündungshemmung.

„Wer rechtzeitig kurt, im Idealfall bereits ab Anfang Dezember, wird es leicht haben, in der kommenden Saison. Aber auch bei akuten Schüben stellt sich in der Regel sehr schnell Erleichterung ein“, schließt die Pharmazeutin ihren Bericht.

Ulla Janascheck
 Telefon: 0941-464423
www.ulla-janascheck.de

Rastede liegt ca. 60 km
nordwestlich von Bremen



Aus Leidenschaft

zur Entspannung!
Ihr Ausbildungs- & Schulungszentrum in Rastede!

Sammeln Sie ab Klangmassage 1 regelmäßig weitere Klangerfahrungen und bleiben mit viel Spaß, Freude und Leichtigkeit bei Ihrer Klangmassage. Bei uns finden dazu jeden Monat Trainings und Konzerte statt. Jeder Austausch bildet die Grundlage für einen sicheren und gekonnten Umgang mit Klang und trägt auch zu Ihrer eigenen Entspannung bei. Treffen Sie neue nette Menschen in einer Wohlfühlumgebung und tanken wieder Kraft für den Alltag.

Die nächsten Termine - Ausbildung:

Klangmassage 1 - Wochenendkurs
Die eigene Mitte stärken
Sa. 16.05.15 bis So. 17.05.15
Sa. 01.08.15 bis So. 02.08.15

NEU Klangmassage 1- an 2 Tagen
Do. 09.04.15 und Do. 16.04.15
Fr. 29.05.15 und Fr. 05.06.15

Regelmäßige Veranstaltungen:
www.klangwelten-erleben.de

NEU
Der Film über die
Ausbildung!
Kostenlose Filme auf
klangmassage.tv



Klangwelten erleben GmbH • Oldenburger Str. 249 • 26180 Rastede • 04402 - 97 34 165



INSTITUT FÜR ENTSPANNUNG



Anzeige



RECONNECTIVE HEALING®
Heilung durch Rückverbindung
Erlebnisreicher Vortrag
am 09. Mai 2015
 mit Miriam Wender, begleitet von
 Susanne Riekers sowie vielen
 Praktizierenden der Bremer Region
 von 19:30 - 21:00 Uhr
 Akademie SteinReich in Bremen
 neu: Schwachhauser Heerstraße 2a
 Eintritt: 5,- Euro



Bei einem informativen
 und interaktiven Abend
 erfahren Sie mehr
 über die Geschichte,
 die Philosophie, die
 Frequenzen, die wissenschaftlichen
 Forschungsergebnisse und den Ablauf
 einer Sitzung.
 Es wird Gelegenheit geben, die
 Reconnective Healing-Frequenzen
 selbst zu erleben.
 Erfahrungsberichte aus dem
 Praxisalltag runden den Abend ab.



SUSANNE RIEKERS
 Langenstr. 25
 28816 Stuhr
 Tel. 0421-809 1212



MIRIAM WENDER
 Contrescarpe 9
 28203 Bremen
 Tel. 0421-1610 0004



ELISABETH AHLERS
 Würzburger Str. 69
 28215 Bremen
 Tel. 0421-347 8118



RAPHAËLLE MELLET
 Hamburger Str. 48
 28203 Bremen
 Tel. 0171-270 7808



NICOLE HENZE
 Buddestr. 28
 28215 Bremen
 Tel. 0421-6843 9657



STEPHAN ISKENIUS
 Lindenallee 27
 27726 Wörpswede
 Tel. 04792-953 9866



C. BRAUNSCHWEIGER
 Hinter den Führen 49,
 28790 Schwanedede/
 Löhnhorst
 Tel. 0421-658 8393



INDIRA BRÜNJES
 Am Hochzeitswald 28
 27711 Osterholz-
 Scharmbeck
 Tel. 04791-502 2890



BARBARA KÜHN
 Kirchhuchtinger
 Landstr. 97
 28259 Bremen
 Tel. 0421-569 6663



DR. MARKUS PERK
 Osterkampsweg 99a
 26131 Oldenburg
 Tel. 0441-5946 4081



ANJA WESEMANN
 Am Meyerkamp 2b
 28844 Weyhe
 Tel. 04203-44 1939



ZUZANA THOLEMA
 Schiffweg 7
 27777 Ganderkesee
 Tel. 04222-920 832



KARIN OLTMANN-S.
 Leher Heerstr. 217
 28357 Bremen-Horn
 Tel. 0421-379 8820



LIANE V. SCHELLERER
 Auf dem Esch 6
 27619 Schifffdorf
 Tel. 04749-102 915



HERMANN RHIEL
 Leher Heerstrasse 217
 28357 Bremen
 Tel. 0421-223 2629

MEHR INFORMATIONEN IM INTERNET UNTER: www.reconnection-verband.de

Der Garten der Religionen

ein Beitrag zur Verbindung der Religionen



Im vergangenen Jahr eröffnete Barbara Kramer in Dötlingen-Geveshausen den „Garten der Religionen“, der das Verbindende zwischen den Religionen darstellen und Gelegenheit zum „Zeit haben“, „Einkehren“, „Atmen“ und „Nur sein“ bieten soll. An 12 Stationen finden die Besucher Darstellungen aus der Erlebniswelt der verschiedenen Religionen: Adam, den Menschen - einen islamischen Gebetspavillon - Maria - einen doppelzüngigen Schattenkönig - einen Engellandplatz - eine Schutzhütte - Buddha als Bettelmönch - ein Stück Klagemauer - einen ALOHA-Segen - biblische Pflanzen - Jesus, gekrönt ohne Dornen - einen Steinkreis „und hoffentlich ein Stück vom Paradies“, wie B. Kramer auf ihrer Homepage schreibt. Sie wünscht sich für alle Menschen Akzeptanz ihrer ganz persönlichen Anbindung an die Schöpfung, gleich welchen Namen sie trägt, Buddha, Allah, Licht, das Allmächtige oder einen anderen.

Die Führungen finden vom 21. März bis 31. Oktober in kleinen Gruppen bis zu 8 Menschen nach vorheriger Anmeldung statt und dauern circa 90 Minuten. Infos: Barbara Kramer, Tel. 04433-9393788.



Matt Galan Abend

Den engen Käfig des Ego verlassen

Aufbruch in die Fülle des Lebens

Hardcover, 160 Seiten
ISBN 978-3-86616-295-2 € 15,95

Joseph Fries & Wolfgang Weigand

Kann denn Liebe Lüge sein?

Ein radikal neues Verständnis von Liebe und Beziehungen



Hardcover, 192 Seiten
ISBN 978-3-86616-296-9 € 18,95



Marikka Schachtelin

Im Herzen sind wir alle eins

Heilende Bewusstseinsarbeit mit der Logos-Energie-Therapie

Hardcover, 160 Seiten
ISBN 978-3-86616-299-0 € 15,95

Dr. med. Issac Mathai

Ganzheitliche indische Heilmethoden

Ayurveda, Homöopathie, Hydrotherapie, Yoga



Hardcover, 216 Seiten,
ISBN 978-3-86616-301-0 € 24,95



Verlag VIA NOVA
Alte Landstr. 12, D-36100 Petersberg

Tel. (0661) 62973, E-Mail: info@verlag-vianova.de

Internet: www.verlag-vianova.de, www.transpersonale.de



Einladung zum glücklich werden

Ursula Vogt zu Gast in Hude

Fragt man Menschen nach ihren Vorstellungen von Glück, gibt es überwiegend die gleichen Antworten: Glück ist gesund zu sein, eine liebevolle Partnerschaft zu haben, gute Freunde, Erfolg im Beruf, eine harmonische Familie. Als „Glück gehabt“ werden Situationen angesehen, die zum eigenen Vorteil ausgegangen sind, im Gegenteil zu „Pech gehabt“, wenn etwas nicht gelingt. Es scheint, dass Glück ein von außen an herangetragenem Zustand ist, für den wir dankbar sind. Wie vereinbart sich diese Haltung mit der Redensart: Jeder ist seines Glückes Schmied?

Jeder von uns kennt Glaubenssätze über sich und über das Leben. Wir haben Glaubenssätze über unsere Fähigkeiten: das macht mir Spaß, das kann ich gut, das gelingt mir gar nicht, ..., über unser Aussehen: ich finde mich gut, zu dick, zu dünn, zu groß, zu klein, ..., wir halten Dinge für möglich oder unmöglich. Diese Glaubenssätze sind unsere persönliche Interpretation der Tatsachen, die wir zu unserer Wahrheit machen. Wir glauben daran und wir wollen damit recht haben. Diese Glaubenssätze sind der Amboss, auf dem wir unser Glück schmieden. Erfolg haben wir mit jedem Glaubenssatz, sowohl den positiven als auch den negativen.

Unsere Glaubenssätze sind so alt und so tief in unserem Unterbewusstsein verankert, dass wir uns dessen kaum bewusst sind. Das daraus resultierende Handeln ist für uns spontan und normal. Wie ist es dann möglich sich von Glaubenssätzen zu verabschieden, bei denen wir erkannt haben, dass sie uns nicht gut tun? Der Unterschied in unserem Denken, unseren Glaubenssätzen und dem daraus resultierenden Handeln ist so differenziert und einzigartig wie unser Aussehen. Die Art und Weise jedoch, wie wir diese Einzigartigkeit zum Ausdruck bringen, folgt einem bestimmten Grundmuster, das einheitlich ist und für viele Gültigkeit hat.



Begleitend zur Erkenntnis der eigenen Glaubens- und Verhaltensmuster wurde von mir die Meditations-CD „Einladung zum glücklich werden, Teil 1“ veröffentlicht. Die CD ist direkt zu beziehen über Ursula Vogt. Preis 20,- EUR. In 3 Meditationen reisen Sie zum tiefsten und wichtigsten Kern unseres Seins – der Liebe.

Am 19. April 2015

findet im Seminarhaus Lichtblick in Hude der „Tag der offenen Türe“ statt. An diesem Tage halte ich jeweils einen Vortrag zu den Themen „Kabbala-Analyse – der Regieplan für mein Leben“ und „Einladung zum glücklich werden“.
www.seminarhaus-lichtblick.de

Von mir werden zwei Systeme angeboten, die diese Muster aufdecken und Lösungen für Veränderungen aufzeigen.

Die Seminarreihe „Kabbalistische Geburtsanalyse“ enthält die Gebrauchsanweisung für Ihr Leben.

Sie erklärt Ihnen, welche Erfahrungen Sie sich für dieses Leben vorgenommen haben, welche Rolle Ihre Erziehung und das Elternhaus dabei spielen und wie Sie durch Ihr eigenes Verhalten in der Lage sind Ihr Leben zu einem Erfolg zu machen. Betrachten Sie dieses Leben als Mensch wie eine Schule, in der unsere Seele menschliche Erfahrungen durchlebt. Um diese Erfahrungen machen zu können, hat sich jeder von uns seinen ganz persönlichen Lebensplan erstellt. In diesem Plan stehen unsere Begabungen und Talente, und das was wir und wie wir es in diesem Leben erfahren möchten.

In dem Seminar „Einladung zum glücklich werden“ durchschauen Sie Ihre Glaubenssätze und erkennen Ihr großes Schöpferpotential.

Gehören Sie zu den Menschen, die im positiven Sinne neugierig sind, die Fakten schätzen, logische Zusammenhänge erkennen und herstellen und gerne Eigenverantwortung übernehmen, dann werden diese Seminare Ihr Leben bereichern. In diesen Seminaren lernen Sie sich selbst in einer Tiefe und Klarheit kennen, die sie selbstbestimmt und eigenverantwortlich macht. Und Sie erwerben alle Voraussetzungen um andere Menschen mit diesen Methoden erfolgreich zu beraten.



Ursula Vogt • Schulstr. 24 • 50767 Köln
Tel. 0221 / 5905991
ursula.vogt@wolfsmond.info
www.wolfsmond.info



Seminarhaus | Heilkundezentrum | Ferienwohnungen

Sa.18. April 2015 10.00 - 16.00 Uhr
Dorfflohmarkt
in Hurrel

auf dem Gelände des Seminarhauses Lichtblick.
nur private Anbieter, Standreservierung: Ulla.Grashorn@ewetel.net

So.19. April 2015 10.30 - 18.00 Uhr
Tag der offenen Tür
im Heilkundezentrum

Vorträge, Workshops, Klangerlebnis,
Cafeteria

Seminarhaus Lichtblick

Barbara Wurmsee

Sandersfelder Weg 2 · 27798 Hude · Hurrel

Tel: +49 (0)4408 - 92 32 45 - Fax: +49 (0)4408 - 83 08

e-mail: info@seminarhaus-lichtblick.de

www.seminarhaus-lichtblick.de





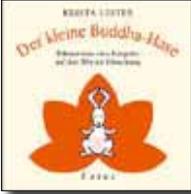


Krista Lester

Aus dem Amerikanischen von Karin Weingart

Der kleine Buddha-Hase Erkenntnisse eines Langohrs auf dem Weg zur Erleuchtung

Lotus Verlag, 208 Seiten, mit 40 Illustrationen 12,- €



Mit dem kleinen Buddha-Hasen auf der Suche nach dem Glück: »Auch hinter der kleinsten Möhre kann man manchmal das größte Glück entdecken«, weiß der kleine Buddha-Hase und macht sich vergnügt auf den Weg zur Erleuchtung. Mit seinen pointierten Lebensweisheiten bringt der sympathische Hase die Lehre des Buddha auf den Punkt – unterhaltsam, inspirierend und für jeden verständlich. Ein liebevoll gestaltetes Buch, das wertvolle Erkenntnisse vermittelt ...

Michael Würfel

eurotopia - Leben in Gemeinschaft Verzeichnis von Gemeinschaften und Ökodörfer in Europa

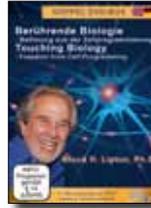
Das eurotopia-Gemeinschaftsverzeichnis,
Broschiert – 1. Oktober 2014, www.eurotopia.de



430 Gemeinschaften, Ökodörfer, Siedlungs- und Wohnprojekte stellen sich vor. Artikel zur Gemeinschaftsgründung, zur gesellschaftlichen Relevanz von Gemeinschaften, zur wissenschaftlichen Forschung in und über Gemeinschaften und mehr... Vorstellung von Gemeinschaftsnetzwerken mit weiteren Gemeinschaftsdaten. Nützliche Adressen aus ganz Europa. Aktuelle Ausgabe 2014. "Nachhaltigkeit beginnt damit, dass Menschen sich auseinandersetzen und lernen, Probleme gemeinsam zu lösen. Lebensgemeinschaften sind Übungsfelder für eine Kultur der Toleranz und Achtsamkeit."

Bruce H. Lipton

Berührende Biologie Befreiung aus der Zellprogrammierung Neue Weltsicht, Doppel-DVD, 19,90 €



„Wir werden in den Himmel geboren“, sagt Lipton. Mit dem Aufwachen setzt eine Programmierung durch äußere Autoritäten ein, der wir bis zum 7. Lebensjahr weitestgehend ausgeliefert sind: Wie ein Aufnahmegerät nimmt unser Unbewusstes Glaubenssätze auf – und je höher der Stresspegel später ist, desto mehr mischt sich das programmierte Unterbewusste in unser Handeln ein. Bis wir, wie im Film Matrix, in einem Paralleluniversum existieren. Der Himmel auf Erden ist nun Liptons revolutionäre Einsicht: Im Zustand der Liebe ist unser präfrontaler Kortex, der unserem authentischen Selbst – unseren ureigenen Wünschen – Ausdruck verleiht, wesentlich aktiver als im Zustand des Stresses. Und wir können den Himmel auf Erden zurückbringen, indem wir die Flitterwochen auf unsere gesamte Lebenszeit und sämtliche Lebensbereiche ausdehnen. Durch liebevolle Berührung bilden sich neue Stressrezeptoren, das Nervensystem kann sich in herausfordernden Situationen besser regulieren.

Jayc Jay

8 X 8 - Premiumintentionen Das Zuhause energetisieren

Allegria Verlag, 110 Seiten, 10,- €



Das 7-Tage-ENERGIE-Programm für dein Zuhause: Lässt sich das persönliche Umfeld einfach und schnell energetisieren und das Zuhause in eine dynamische Kraftquelle verwandeln? »Ja«, sagt die junge Autorin und Künstlerin Jayc Jay und zeigt mit dem von ihr entwickelten 7-Tage-Programm, wie das geht. Wesentlich sind dabei positiv formulierte Absichten, die sogenannten Intentionen. Insgesamt 8 x 8 Premiumintentionen werden angeboten ...



Heilen Sie Beschwerden durch bloße Erkenntnis!

Allergien, Migräne, Schlafstörungen und sogar Krebs – viele chronische Krankheiten haben gar keine körperlichen, sondern seelische Ursachen und können allein durch deren Aufdeckung und „Neuinterpretation“ zum Verschwinden gebracht werden. Mit diesem tiefenpsychologischen Ansatz vereint Andreas Winter seit vielen Jahren die etablierte Medizin mit der Geisteswissenschaft und behandelt erfolgreich Tausende von Betroffenen. Die aktualisierte und überarbeitete Ausgabe zeigt anhand neuester Erkenntnisse und verblüffender Fallbeispiele, wie das Wissen um die wahren Ursachen zur Heilung führt – oft schon nach einem einzigen Gespräch und ohne Arzt.

Andreas Winter | Heilen ohne Medikamente | ISBN 978-3-96374-190-7 | 9,95 € (D) / 10,30 € (A)

NEU!



Leseprobe und Internetforum mit dem Autor: www.mankau-verlag.de



OASE WELLNESS LOUNGE

First Class Spa

DAY SPA / BEAUTY FARM

www.oase-weserpark.de



OASE Wellness Lounge · Hans-Bredow-Str. 17 · 28307 Bremen
Telefon 0421 427 47 14 · www.oase-weserpark.de



Anzeige

WER MACHT WAS – IM INTERNET

Veröffentlichung Ihrer Internet-Adresse mit kurzer Beschreibung: maximal 80 Zeichen (incl. Leerzeichen). Pro Zeile 9,00 EUR zzgl. MWST - Mindestschaltungsdauer: 6 Ausgaben

Abenteuer mit Pferden, Entwicklungsförderung, Therapie	www.luettnpeerhoff.de
Abnehmen - schlank für immer. Mentale Ressourcen + Kur: Ute Bries	www.voicing.de
Abschied Bestattungen Silke Ahrens	www.abschied-und-bestattungen.de
Astro- und Perspektivcoaching, Raumklärung, Energiearbeit.	www.antjediewerge.de
Astrologie-Aus- und Fortbildung (DAV), Beratung	www.astrologie-zentrum-bremen.de
Astrologie: Beratung, Ausbildung, Supervision	www.astrologie-schule-bremen.de
Atempause, Sanatha Hannig - Regeneration + Selbstfindung	www.atempause-bremen.de
Aura Soma, Regina Bauer	www.licht-wege-land.de
Aura Soma und tiefgreifende Methoden, Reikiausbildungen	www.diefarbheilerin.de
Ausbildungen in Tanzpädagogik und Tanztherapie.	www.heilende-kraefte-im-tanz.de
Ausbildungsinstitut – dielichtbruecke	www.dielichtbruecke.com
Ausbildung z. Achtsamkeits-Stresstrainer	www.fachausbildung-stressbewaeltigung-achtsamkeit.de
Channeling - Clearing - Reinkarnationstherapie	www.praxis-mediales-heilen.de
Channeling Meister Engel LebensRaumHeilung Orte der Kraft	www.wege-der-liebe.eu
Craniosacrale Balance f. Erwachsene/Kinder/Babys, Silke Hünermann	www.feinfuehlung-bremen.de
Craniosacral-Schule Bremen, Elisabeth Bohrer	www.cranioschule-bremen.de
Craniosacrale Therapie und Körperarbeit, HP A. Dele Idris	www.modernmassage.de
Die Stimme im Körper wahrnehmen und nutzen, Heinz Stolze	www.voyom.de
Ehe- und Singleberatung, Konfliktlösung leicht gemacht	www.lebensfreundin.de
Ein Stück Freiheit an der Wand - Kunst schafft Raum	www.felixdohmen.de
Entspannend, Kreativ, mit Pinsel oder Pferd	www.urlaub-fuer-koerper-und-seele.de
Entspannung - Energiearbeit - Stressabbau	www.prana-und-entspannung.de
Es ist Zeit... für Deinen Neuanfang!	www.reiki-richter.de
Feldenkrais-LehrerInnen in Ihrer Nähe	www.feldenkrais-info-nordniedersachsen.de
Feng Shui – Raumkraftverstärkung - Space Clearing	www.spaceclear.net
Ganzheitliche Entwicklungsbegleitung Doering	www.entwicklungsbegleitung.de
Gesunder Rücken Dorn/Breuß, Cranio, Reiki, Seminare	www.ursula-goetzen.de
Gesundheitsberatung: Sascha Ehlers	www.Gesundheits-und-Lebensberater.de
Hawai'ische Körperarbeit Beh.+ Trainings, Bioresonanztherapie	www.barbarabaum.de
Heilarbeit u. Spirituelle Sterbebegleitung	www.energiearbeit-ahlers.de
Heilerin - Heilerausbildung - Sol\A\`Vana-Schritte	www.heilerin-in-bremen.de
Institut Family Affair Bremen Heiko Hinrichs	www.familyaffair.de
InTouch® Massageschule Hamburg, Bremen und Hessen	www.intouch-massage.de

Lachschule Bremen - Lebensfreude durch Lachyoga	www.lachschule-bremen.de
Lamat-Institut - Massagen, Energie/Körperarbeit	www.lamat-massagen.de
Magie des Tanzes	www.gespraechе-mit-der-seele.de
Massage-Praxis, Ganzkörpermassagen und mehr	www.massage-praxis-steintor.de
MBSR-Kurse – Stressbewältigung durch Achtsamkeit	www.dfme.de
MBSR-Lehrer-Ausbildung	www.mbsr-ausbildung-dfme.de
MBSR-Stressbewältigung durch Achtsamkeit in Bremen	www.kirsten-bung.de
Microkinesitherapie - Homöopathie mit den Händen	www.silvia-eisen.de
Paartherapie und Familienaufstellungen	www.insel-institut.de
Praxis für mehr Lebensqualität	www.healingjourney.de
Reinkarnationstherapie (Münchener Schule)	Tantra www.mita-transzendenz.de
Qigong - Silke Schmidt	www.silke-schmidt.net
QuantumTouch und Reiki - Kurse und Anwendungen	www.reiki-heilung-entspannung.de
Schamanische Heilsitzungen für Mensch & Tier	www.Schamanische-Heilsitzungen.de
Somatic Experiencing, Heiko Hinrichs	www.familyaffair.de
Spirit. Sterbebegleitung, DreamWalks, DreamWalker-Schule	www.sigrid-nullmeyer.de
Stark Institut, Heinz Stark	www.starkinstitute.com
The Reconnection(TM) Reconnective Healing(TM)	www.energiearbeit-ahlers.de
The Reconnection, Reconnective Healing:	www.bewegtes-leben.net
The Work of Byron Katie, Seminare und Coachings	www.berufe-hannover.de
Therapeutin für KBT und Psychotherapie Christa Rabe-Balz	www.kbt-oldenburg.de
The Work of Byron Katie	www.ralf-heske.de
Träger® – ganzheitliche Körper- und Bewegungswahrnehmung	www.bodywaves.eu
Universelle Lebensgesetze n. Hermes Trismegistos	www.universelle-lebensgesetze.de
Vinya Loft - Power Yoga Studio	www.vinyaloft.de
Wingwave-coaching für ein gutes Leben	www.living-in-flow.de
Wirbelsäulenaufriчtung, Reiki, Seminare, Brigitte Marx	www.lichtpunkt-syke.de
Yoga Vidya Zentrum Bremen, Sigrid Küttner	www.yoga-vidya.de/bremen

Natürlich heilen
mit Julia Gruber

224-seitiges Buch und 40 Karten
Die wirksamsten Heilpflanzen aus aller Welt
€ 22,99


www.koenigsfurt-urania.com

Anzeige

Im Rubrikanzeigenformat KALENDER ist es möglich Kurzanzeigen zu aktuellen Veranstaltungen, Vorträgen, Seminaren, Workshops und anderen ganzheitlich orientierten Ereignissen anzukündigen. Berechnet werden 110,- € für eine Fließtextlänge bis 800 Zeichen (inkl. Leerzeichen) mit einem Farbbild (4c). Je weiterer angefangener 100 Zeichen werden 10,- € berechnet. (alle Preise zzgl. der gesetzl. MWST). Information und Buchung: Email: anzeigen@kgsbremen.de und Tel: 0 44 08 - 80 91 92 0

Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation

„Jenseits von richtig und falsch liegt ein Ort. Dort treffen wir uns.“ - Rumi



Die Sprache des Friedens nach Dr. Marshall Rosenberg wird weltweit erfolgreich angewandt. Sie fördert persönliche Wachstumsprozesse und trägt zum friedvollen Umgang mit inneren und äußeren Konflikten bei. An diesem Wochenende lernen wir die grundlegenden Werkzeuge der GFK kennen und sammeln mit alltags-tauglichen Beispielen praktische Erfahrungen in der Einübung der 4 Schritte der GFK. Wir üben Beobachtungen



von Beurteilungen und Interpretationen zu unterscheiden und entdecken das Formulieren unbedingter Bitten. Durch einen einfühlsamen Umgang mit uns selbst fällt es uns leichter, den Kontakt zu unserem Gegenüber zu verbessern. Hierzu biete ich Übungen an, die helfen können, uns sanft mit uns selbst zu verbinden. „Was ich in meinem Leben will, ist Einfühlsamkeit, ein Fluss zwischen mir und anderen, der auf gegenseitigem Geben von Herzen beruht.“ - Marshall Rosenberg

Einführungsseminare: Vom 1.5.-3.5. in Berlin, vom 15.5.-17.5. im Klangdom in Parin, www.seelendo.de

Vom 17.7.-19.7. / 27.11.-29.11. in Bremen im Meditationshaus in der Garten-Etage.

Information und Anmeldung: Marita Zimmer 0421/72995, maritazimmer@aol.com

AMOR - das Paarprojekt nicht nur für Singles

Reif werden für die Partnerschaft



Sie sehnen sich nach einer erfüllenden Liebesbeziehung und ahnen, dass Ihre vergeblichen Bemühungen nicht nur mit dem Außen zu tun haben, sondern mit Ihnen selbst.

Das Paarprojekt ist ein transformierender Prozess der Lebens- und Selbstbejahung. Es unterstützt Sie dabei, sich wiederholende Beziehungsmuster zu durchbrechen, und gibt Werkzeuge an die Hand, die eigenen Ressourcen zu nutzen und nahe zu sein, ohne sich zu verlieren.

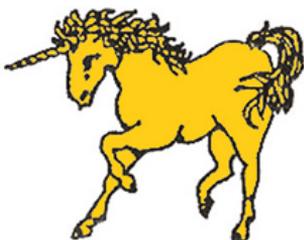
Info-Nachmittag 9.5. Lilienthal, Vortrag „Reif für die Partnerschaft!“

31.5. etage Bremen. Alle Termine auf www.amor-paarprojekt.de

Neue Jahresgruppe: 8 Tagesseminare & 1 WE, monatlich in Lilienthal, ab September 2015. Leitung: Silvia Meyer & Raymond Fismer, T. 04298-4392, fismer@gmx.de

15. UNICORN Voice Camp

Sommerliche Singwoche an der Elbe vom 14. – 23. August 2015



Singen aus purer Lebensfreude, Eintauchen in Mantras und mehrstimmige Gesänge, Herzenslieder, Roma-Lieder, Sufigesänge und Gospels. Tanzangebote: afrikanisches Tanzen, Kreistänze mit Live-Band und die Tänze des Universellen Friedens. Wir lassen den Geist verschiedener Kulturen lebendig werden.

Direkt an der Elbe, auf unserer neuen Campwiese im Storchendorf Wahrenberg bei Wittenberge, entsteht für neun Tage ein Dorf aus Zeltkreisen, großen Workshopzelten, Café, buntem Kinder- und Jugendprogramm uvm. Yoga und Meditation runden das Programm ab. Viel Natur, Feuer und ... Sternschnuppen. Im Dorf stehen einige Betten zur Verfügung.

Ort: Elbehof, www.elbehof.de - Info: www.unicorncamps.de, info@unicorncamps.de

Telefon: 05863 – 98 34 98, Frühbucherrabatt bis 15. Mai !

Mit Kundalini Yoga den bewussten Weg gehen



Täglich treffen wir unzählige Entscheidungen, - niemals zuvor konnten wir so viel entscheiden wie heute. Wer aber hat die Entscheidungshoheit in unserem Leben?

Die meisten Entscheidungen, die wir treffen, fallen unbewusst, und diejenigen, die wir bewusst treffen wollen, sind oft schon durch frühere Entscheidungen vorab entschieden. Voraussetzung dafür, authentische Entscheidungen zu treffen, ist die Verbundenheit mit sich selbst. Doch viele Menschen fühlen sich „abgeschnitten“, innerlich isoliert, orientierungslos, entwurzelt, erschöpft und geistig leer. Wenn wir uns in diesem Zustand selbst befragen, sind wir nicht in der Lage, die Antwort unseres wahren Selbst zu hören.

Mit Hilfe der alten Erfahrungs-Wissenschaft des Kundalini Yoga biete ich Techniken, die Sie unterstützen, Ihren persönlichen Weg zu gehen. Kraftvolle Kriyas balancieren, entgiften und stärken den Körper. Meditationen reinigen den Geist und schenken innere Stärke und Gelassenheit. Regelmäßiges Praktizieren des Kundalini Yoga stärkt das Selbstwahrnehmungssystem, schult die Intuition, bringt Selbst-Bewusstsein und macht strahlend schön. Das „Yoga des Bewusstseins“ verhilft uns, mit uns selbst in Verbindung zu treten und ist eine Antwort auf die Herausforderungen der heutigen Zeit. Es führt uns zu persönlicher Freiheit.

Gelassenheit. Regelmäßiges Praktizieren des Kundalini Yoga stärkt das Selbstwahrnehmungssystem, schult die Intuition, bringt Selbst-Bewusstsein und macht strahlend schön. Das „Yoga des Bewusstseins“ verhilft uns, mit uns selbst in Verbindung zu treten und ist eine Antwort auf die Herausforderungen der heutigen Zeit. Es führt uns zu persönlicher Freiheit.

Kundalini Yoga, so wie es von Yogi Bhajan gelehrt wurde, mit Sat Pavan Singh: Der bewusste Weg für alle - Jeden Mittwochabend um 20 Uhr im YogaGarten Bremen www.yogagarten-plantage13.de.

Mehr Informationen zum Prozess der Freiheitsfindung unter www.der-bewusste-weg.de

Intuitive Präsenz

Einführungs – Workshop mit Darrel Combs in Hude



Intuitive Präsenz ist ein Zustand des Gewahrseins, der weit darüber hinausgeht, im Hier und Jetzt voll bewusst und präsent zu sein. Darüber hinaus heißt intuitive Präsenz jedoch tiefes intensives Hören, Sehen und Fühlen der Verbindung mit lebendigen und sich ständig verändernden Energiefeldern. Intuitionsentwicklung hilft uns, unsere begrenzenden Glaubensmuster aufzulösen und uns selbst als Teil von größeren Systemen wahrzunehmen.

Darrel Combs ist Spezialist für Traumapsychologie und verbindet in seiner Arbeit indische Heilmethoden mit den Erkenntnissen moderner Psychotherapieforschung.

Im Alter von 16 Jahren begann Darrel eine siebenjährige Ausbildung bei Medizinern der Muscogee und Cherokee.

Termin: 11. – 12. Mai 2015 im Seminarhaus Lichtblick in Hude.

Anmeldung: ZePP Bremen, Tel. 0421-3491236; kontakt@zepp-bremen.de; Kosten: 220 EUR

Kabbalistische Geburtsanalyse und

Einladung zum glücklich werden



Die kabbalistische Geburtsanalyse ist die Gebrauchsanweisung für Ihr Leben. Sie erklärt Ihnen, welche Erfahrungen Sie sich für dieses Leben vorgenommen haben, welche Rolle Ihre Erziehung und das Elternhaus dabei spielen und wie Sie durch Ihr eigenes Verhalten in der Lage sind Ihr Leben zu einem Erfolg zu machen.

In diesem Seminar erhalten Sie alle Informationen über Ihren eigenen Lebensplan und Sie erhalten alle Voraussetzungen um diese Analysen erfolgreich für Dritte anzubieten.

Das Seminar „Einladung zum glücklich werden“ lässt Sie Ihre Glaubenssätze und deren Wirkung erkennen. Erfolgreich lösen Sie Ihre alten negativen Glaubenssätze auf und gehen in ein selbstbestimmtes Leben.



- „Kabbalistische Geburtsanalyse“ Start der neuen Seminarreihe am 2. / 3. Mai 2015
- Einladung zum glücklich werden - Modul I: 3. – 5. Juli 2015 und 24. – 26. Juli 2015.
- Glücklich werden - Modul II: 14. – 16. August 2015 und 11. – 13. September 2015.

Alle Seminare finden im Seminarhaus Lichtblick in Hude statt. Alle aktuellen Termine finden Sie auf meiner Internetseite: www.wolfsmond.info • Ursula Vogt, Schulstr. 24, 50767 Köln, ursula.vogt@wolfsmond.info

BoxCoaching als Workshop

Fortbildung zum Thema Aggression



Diese Fortbildung ist in erster Linie für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter gedacht, die im therapeutisch/pädagogischen Bereich und in der Pflege tätig sind. Aber auch andere Interessierte, die sich intensiv mit dem Thema Aggression auseinandersetzen wollen, sind herzlich willkommen. Sie erforschen in diesem Workshop auf lustvolle Weise Ihr eigenes Aggressions- und Kraftpotential. Erfreuen Sie sich an Ihren Kräften und kultivieren Sie die hemmungslose, mutige Seite in Ihrem Innern. Als Ergebnis können Sie mit Ihrer Selbstwirksamkeit und einem Gefühl von Entscheidungsfreiheit in Kontakt kommen. Sie erfahren, was es bedeutet kann, selbst bestimmt, frei und ohne Scheu ihr Leben in die eigenen Hände zu nehmen. Neben einigen theoretischen Grundlagen liegt der Schwerpunkt dieser Fortbildung auf einem körperorientierten Ansatz – im Sinne von Selbsterfahrung.

Termin: 24./25. Mai 2015. Leitung: Jörg Kothe, www.integralis-bremen.de

Peter Hess-Klangmassage: Stress vorbeugen & Lebensfreude gewinnen

Ausbildungsseminar: Klangmassage I – Die eigene Mitte stärken



Die Peter Hess-Klangmassage bewirkt schnelle Tiefenentspannung und wird erfolgreich eingesetzt zur Unterstützung von Entwicklungs-, Beratungs- und Heilungsprozessen. Im Seminar Klangmassage I werden die Grundzüge der Peter Hess-Klangmassage vermittelt. Sie erfahren die Basis-Klangmassage selbst, bekommen erste Anleitungen für ihre Anwendung und geben selbständig eine Klangmassage. Nach diesem Wochenende werden Sie in der Lage sein, die Peter Hess-Klangmassage im privaten Rahmen anzuwenden. Das Seminar umfasst 16 Stunden.

Termine: NEU - Klangmassage 1 an zwei Tagen, Do.09.04.+Do.16.04.2015, Fr.29.05.+Fr.05.06.15 sowie der Wochenendkurs, Sa.16.05.-So.17.05.15 mit Andreas Rehländer im Ausbildungs- & Schulungszentrum in Rastede Kursgebühr: 220 Euro, Anmeldung und Info: Tel. 04402-9734165, E-Mail: info@klangwelten-erleben.de www.peter-hess-klangmassage.de oder www.klangwelten-erleben.de

therapie | erfahren | lernen

Heilpraktikerausbildung, naturheilkundliche Fortbildung



Seit 2012 haben angehende und auch bereits tätige HeilpraktikerInnen die Möglichkeit in einem Lehr-Ambulatorium unter Anleitung direkt am Patienten zu arbeiten. Nähere Informationen beziehen Sie bitte über das eos-Institut. Der Wandel im Gesundheitswesen greift zunehmend auf den Heilpraktiker zurück. Einst mehr begnadete Heiler finden Heilpraktiker zunehmend Platz in Großpraxen und Kliniken. Gestiegene Verantwortlichkeit in Diagnose und Therapie („first contact“) spiegelt sich in den Anforderungen der Erlaubniserteilung durch die Gesundheitsämter wieder. Unsere Ausbildungsmodule kommen den unterschiedlichen Anforderungen und Vorkenntnissen der Teilnehmer entgegen und ermöglichen eine flexible Gestaltung des zeitlichen Aufwandes: berufsbegleitende Vormittags- bzw. Abendkurse, Vollzeitkurse etc. In weiterführenden naturheilkundlichen Ausbildungen wird praxisnah medizinisches Fachwissen, klinische Untersuchungsmethoden und Diagnostik fachübergreifend vernetzt.

• Ambulatorium – die Ausbildungspraxis für HPs • laufende Einstiegsmöglichkeiten in Heilpraktik-Ausbildungen (HP allg, HP psych, HP physio) • 08.04.'15 Ausbildung HP-Psych - laufender Einstieg möglich • 13.04.'15 HP-Ausbildung ohne med. Vorkenntnisse - lauf. Einstieg mögl. • 15.04.'15 HP-Supervisionsgruppe | Lehrpraxis • 15.04.'15 Info-Abend | HP-Ausbildung • 09.05.'15 Urinschau & Harndiagnostik • 30.05.'15 Ohrakupunktur | Basiskurs • 13.06.'15 Krebs - ganzheitliche Onkologie • 04.07.'15 Irisdiagnostik | Basiskurs.Weitere Info's und Anmeldung bei: eos-Institut, Heilpraktikerschule, 28211 Bremen, Schwachhauser Heerstr. 55 • Fon: 0421.30399.77 • Fax: 0421.30399.35 • Mail: info@eos-institut.de • www.eos-institut.de



**CELEBRATE
LIFE
FESTIVAL**

TRANSFORMATION
die Vergangenheit heilen, eine neue Zukunft werden

30. Juli - 8. August 2015 - Hof Oberlethe, Wardenburg

► Celebrate-Life.info ◀



**ECKHART
TOLLE
LIVE IN
DEUTSCHLAND**

**SEIEN SIE
DABEI**

MEHR INFORMATIONEN:
WWW.ECKHARTTOLLE.DE

27.09.15
KARLSRUHE
SCHWARZWALDHALLE

04.10.15
HAMBURG
CCH

weltinnenraum.de
J.Kamphausen | Mediengruppe

Die letzten Dinge in guten Tagen regeln



Die Messe LEBEN UND TOD, die am Freitag, 8. und Samstag, 9. Mai 2015 bereits zum 6. Mal in der Messe Bremen stattfindet, bietet handfeste Unterstützung und Expertentipps über die wichtigen Fragen am Ende des Lebens.

Viele hilfreiche Vorträge werden hier angeboten, wie etwa zur Patientenverfügung, zum sicheren Kondolieren oder zum neuen Bremer Bestattungsgesetz. Eine prominente Gesprächsrunde mit Bärbel Schäfer, Markus Majowski, Susanne Conrad und Andrea Ballschuh wird sich mit dem Umgang mit persönlichen Schicksalsschlägen beschäftigen. Rund 100 Messestände bieten ein vielfältiges Angebot

wie Literatur, Musik, Trauerkarten oder –schmuck aber eben auch umfangreiche Beratung und Ansprechpartner vieler Vereine und Institutionen, u.a. das kostenlose Beratungsangebot zu Patientenverfügung und Vorsorge des Bremer Hospiz- und Palliativverbandes e.V.

Die LEBEN UND TOD findet statt am 8.-9. Mai 2015, täglich von 10-18 Uhr. Der Eintritt kostet 6,- Euro / ermäßigt 5,- Euro. Weitere Informationen unter www.leben-und-tod.de oder telefonisch unter 0421 3505 488.

Entspannte Ostertage auf dem Land mit Meditation und Yoga



Endlich Zeit für eine kleine Pause von der Hektik des Alltags! Es lockt ein langes Wochenende auf dem Land, mit viel Ruhe und Entspannung. Das buddhistische Meditationshaus Semkye Ling lädt ein zu Meditationen und Yoga-Übungen im tibetischen Tempel des Vereins. Der erfahrene Meditationslehrer Oliver Petersen und die Yogalehrerin Hella Borek begleiten Sie an den Ostertagen. Auf dem Plan stehen Meditationsformen des tibetischen Buddhismus. Wichtige Themen sind die Besinnungs- und Konzentrationsschulung, die Entwicklung positiver Emotionen und das heilsame Verhalten im Alltag. Der Schwerpunkt liegt auf der Achtsamkeits-

praxis mit Atembeobachtung und Gehmeditation. Auch üben wir uns zeitweise im Schweigen. Die ergänzenden Yogaübungen für Körper und Geist stärken uns für den Alltag. Bei schönem Osterwetter bleibt auch Zeit für Spaziergänge und Gespräche im idyllischen Garten.

Osterseminar: Meditation auf dem Lande mit Oliver Petersen und Hella Borek

Ort: Buddhistisches Meditationshaus Semkye Ling, Lünzener Str. 4, 29640 Schneverdingen

Termin: Do, 2. bis Mo, 6. April 2015, Beginn: 18 Uhr, Ende: 14 Uhr • Beitrag: EUR 220,-/erm. EUR 165 zzgl. Ü/V

Beratung und Anmeldung: sl@tibet.de, Telefon: 01593 52511 und www.tibet.de

Access Bars®

Erweiterung des Bewusstseins



Access Bars® ist eine von Access Consciousness® Gründer Gary Douglas entwickelte, kraftvolle und gleichzeitig einfache Methode, welche zu einem Gefühl der Erleichterung und Freiheit einlädt. Diese helfen zur Auflösung der Blockaden (dies sind Gedanken, jegliche Ideen, Einstellungen, Entscheidungen oder jeder Glaubensgrundsatz) in den Energiezentren des menschlichen Körpers und erweitern unser Bewusstsein. Diese Blockaden hemmen uns im täglichen Leben, bei der Arbeit und allen anderen Tätigkeiten und verursachen (Ein)Schlafprobleme, Stress (bis hin zum Burnout), Schmerzen, AD(H)S, Unsicherheiten und hindern uns in unseren Emotionen. Als zertifizierte Facilitator (Moderator) und Lehrer dieser Anwendung kann ich bei all diesen Problemen helfen. Die Bars sind 32 Energiepunkte im und um den Kopf herum, durch die Energie fließt. Ihre elektromagnetische Ladung ist die Entsprechung aller gespeicherten Gedanken, Ideen, Einstellungen, Entscheidungen und Glaubenssätze, die Sie jemals über irgendetwas hatten.

Info: Anna Przybyłek; www.kristallberatung.com 0160 968 88 946

Infoabend - Termine: 11. & 25. April 2015 Uhr 18:00; bitte um telefonische Voranmeldung

Bars-Sitzungen jederzeit gegen Terminvereinbarung; Bars-Kurse auf Anfrage

Qigong, Yoga, Wandern in Griechenland



Ruhig werden, den Wellen lauschen, Sonne tanken, Freude spüren ... Bei „Ilihoos – der Schule des einfachen Lebens“ auf Pllion erwartet Sie nicht nur Urlaub vom Alltag, sondern vielmehr die Rückbesinnung aufs Wesentliche und die einfachen Dinge. Lina und Jorgos, die ihre Workshops seit bald 20 Jahren auf der grünen Halbinsel abhalten, gewähren Einblicke ins griechische Leben und führen zu den schönsten Plätzen und Badebuchten. In den Übungsstunden finden Sie zu neuer Vitalität. Tauchen Sie ein in die unberührte Natur, genießen Sie Sonne und Meer sowie die Begegnung in der Gruppe!

TIPP: 3 % Frühbucherrabatt bis Ende Febr. 2015! - Workshoptermine: 07.05.-21.05, 21.05.-04.06., 04.06.-18.06., 18.06.-02.07., 02.07.-16.07., 27.08.-10.09., 10.09.-24.09., 24.09.-08.10., 08.10.-22.10.2015. Infos: Petra Greiner-Sentf, Tel. 089 26019446, iliohoos@web.de, www.iliohoos.gr

Erlebnis - Garten der Religionen

Atme Ruhe. Sei.



Jede Kultur, jeder Mensch, hat eine eigene Verbindung, hat eigene Vorstellungen vom Schöpfer, von der Schöpfung, wie immer wir ES nennen. In dem über 3000qm großen GARTEN DER RELIGIONEN wurde an 12 Stationen eine Verbindung zwischen den Religionen geschaffen, wird das Einende gezeigt, erlebt und nachempfunden. Die Menschen, die sich durch den Waldgarten führen lassen, spüren die Rückbindung an die Schöpfung und vielleicht danach auch ihren persönlichen Zugang zum Glauben ganz neu. Die Einladung in den Garten ist zugleich die Einladung in ein Stück FRIEDEN.

Die Führungen finden vom 21.März bis 31.Oktober in kleinen Gruppen bis zu 8 Menschen nach vorheriger Anmeldung statt und dauern circa 90 Minuten. Jede/r gebe, was sie/er freien Herzens geben kann (nach 2.Kor.9 Vers 7) Infos: Barbara Kramer, Tel.04433-9393788 www.bau-auf-das-Reich-Gottes.de

„Der Kleine Himmelskreislauf“ - Seminar mit Meister Tian Liyan

Qigong-Meister aus den Klöstern der Wudang-Berge - 26. bis 28. Juni 2015



Die klassische Methode des stillen Qigong wird von Meister Tian Liyan auf sehr ursprüngliche Art – wie er sie in den Wudang-Klöstern erlernt hat – unterrichtet. Gleichzeitig steht er mit seiner Kompetenz und seiner humorvollen Art für einen modernen und unserer Zeit angemessenen Unterrichtsstil.

Der Kleine Himmelsche Kreislauf ist eine der wichtigsten traditionellen daoistischen Inneren Übungen. Diese Praxis lehrt uns in mehreren Phasen das Eintreten in die Ruhe von Körper und Geist, die innere Reinigung des Körpers, die Aufnahme von reinem Qi aus der Umgebung, die Sammlung und das Bewegen von Qi in unserem Dantian und schließlich das Leiten und Führen (Daoyin) des Qi über die Ren und die Du Leitbahn auf der Mittellinie unseres Körpers. Einen sehr sehenswerten Arte-Film über Tian Liyan und seine Arbeit findet ihr bei YouTube: „Der Meister von Wudangshan“.



Weitere Infos und Anmeldung: wudang-Zentrum/B.FB.e.V. / Lüer Mehrstens, Grundstraße 3, 28203 Bremen, Tel.: 0421-702427, E-Mail: mehr@wudang-bremen.de, www.wudang-bremen.de

Weltlachtag - Lache und die Welt lacht zurück...

und Bremen lacht mit! - Sonntag, 03. Mai 13.30 -14.30 Uhr



Gemeinsames öffentliches Lachen im Bürgerpark am Marcusbrunnen. Das 18. Mal wird weltweit gelacht. Stimmen Sie in das Lachkonzert mit ein und lachen Sie einfach mit! Bremen lacht bei jedem Wetter. Eintritt frei.

Sabine Heimes-Freesemann, Dipl. Soz.Pädagogin, Lach-und Humortrainerin,
Tel.: 0421/6964 4307, www.lachschule-bremen.de

Die 21-Tage-Stoffwechselkur

Vortragsabende in Bremen

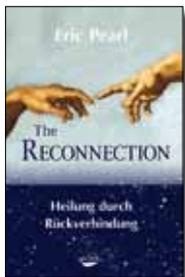


So können Fettdepots nachhaltig auf homöopathischer Basis abgebaut werden Präsentation der Grundlagen und der Vorgehensweise einer sehr erfolgreichen Kur:
 • Ihr Stoffwechsel wird neu kalibriert • Verlust von nur überschüssigen und teilweise gesundheitsgefährdeten Depotfetten • Ihre Haut wird gleichzeitig gestrafft
 • Kein Jo-Jo- Effekt • Kein Hungergefühl.

Jeden Montag (bei Feiertagen, den darauffolgenden Werktag) von 19:00 Uhr, Dauer ca. 90 Minuten. Ort: Sport Lounge Munte GmbH, Zur Munte 23/25, 28213 Bremen. Eintritt frei. Um Anmeldung wird gebeten: Tel. 0421 202444, Mail: sportlounge@sportlounge-munte.de

Reconnective Healing® nach Eric Pearl

Erlebnisreicher Vortrag mit vielen Praktizierenden aus der Region



Eine sehr pure Heilweise, die inzwischen wissenschaftlich umfangreich belegt ist, und einfach zu erlernen! Sie erfahren etwas über die Philosophie, wissenschaftliche Forschungsergebnisse und zum Ablauf einer Sitzung. Erfahrungsberichte aus dem Praxisalltag runden den Abend ab. Es wird Gelegenheit geben, die Frequenzen selbst zu erfahren. Miriam Wender und Susanne Riekers werden diese neue Heilweise vorstellen.

Vortrag am 09. Mai 2015, 19.30 Uhr, Ort: Seminarräume Steinreich, Schwachhauser Heerstr. 2a, 28203 Bremen, Eintritt 5 EUR,
Info: Miriam Wender, Tel. 0421 / 16 10 00 04, Susanne Riekers, Tel. 0421/ 809 12 12
Weitere Informationen siehe auch auf Seite 28 und unter www.reconnection-verband.de

7. Bremer Yogatage



Vom 15. – 17. Mai 2015 veranstaltet der AHIMSA-Berufsverband der Bremer Yogalehrenden e.V. wieder ein vielfältiges Programm. Aus mehr als 30 Angeboten können Interessierte Kurse, Workshops und Kurse auswählen. Die Yogalehrenden stellen Angebote für groß und klein, jung und alte und aus verschiedenen Yogatraditionen vor. Am Eröffnungstag, dem 15. Mai gibt es um 18.30 Uhr ein Eröffnungsritual für Seelenharmonie mit Yogameister Nepal Lodh, einen Tanz der Seele – Yoga-Tanz mit Gabriele Borgdorf-Albers und Premal Anders. Im Anschluss findet ein großes Mantra-Konzert statt. Weitere Informationen finden Sie unter www.hindu-akademie.de oder erhalten Sie unter Tel. 0421-239399.

Veranstaltungsort ist Hindu-Akademie Nepal Lodh, Schwachhauser Heerstr. 266, 28359 Bremen

Sie haben Interesse ihre „VISITENKARTE“ im ganzheitlichen KGS-FORUM zu platzieren?

Die Gestaltung ist einheitlich: Foto/Logo, kurzer Text, Adresse (keine Terminangaben!).

Die „Visitenkarte“ ist im KGS-Standardformat für 3 oder 6 Ausgaben buchbar.

Format: 1/5 Seite (36 x 138 mm), Farbbild in 4c. Preis incl. Satz und einheitl. Gestaltung pro Ausgabe:

90,- EUR + MWST bei Schaltungsdauer von 3 Ausgaben

80,- EUR + MWST bei Schaltungsdauer von 6 Ausgaben (6 Ausgaben = Jahresschaltung).

Dieser Preis beinhaltet einen kostenfreien Eintrag (max. 4 Zeilen) in unserer Rubrik „Wer macht Was“.

Information und Buchung: Email: anzeigen@kgsbremen.de und Tel. 0 44 08 - 80 91 92 0

Abbau emotionaler Blockaden



Hilfe zu Lebensfreude und Aktivierung der Selbst-Heilung durch:

- MET (Meridian-Energie-Techniken)
- BSFF (Selbstheilungsprogramm) bei: z.B. Ängsten, Beziehungsproblemen, verletzter Sexualität, Trauer, Stress, emotionalem & körperl. Leiden
- Handauflegen: alle Leiden
- Energiemassagen

Pierre Toborek
MET – Therapeut
Anerkannter Heiler DGH
 Coach Sport • Beruf • Privat
 26122 Oldenburg
 Bahnhofsplatz 4
 Tel. 0441-88 2 888
www.pierre-sante.com

Access Bars® Therapeutin und Lebensberatung



Diplomierte Spezialistin bietet Hilfestellung

- Stimulierung der 32 Energiepunkte am Kopf nach Access Consciousness®
- Engeltherapie / Engelberatung
- Individueller Beratung zur Entwicklung
- Lebensberatung

versch. Seminare auf Anfrage

Anna Przybylek
Dipl. Lebensberaterin und
Access Bars Facilitator
 Korbmacherstr. 8
 28816 Stuhr
 Tel.: 0421 175 26 081
anna.przybylek@kristallberatung.com
www.kristallberatung.com

Aktiv und Vital ins Altersmaximum



Präventologische Starthilfe, in ein gesundes Leben:

- Adipositas- und Ernährungsberatung
- Fitness- und Bewegungskoching
- Stressbewältigung und Burnout-Prävention
- Vitalstoffversorgung / hHCG Stoffwechselkur
- Rauchentwöhnung
- Anti Aging Beratung
- Gute Laune Training

Tatjana Witt
 Präventologin
 Beratung - Coaching - Training

fon: 0421 430 35 457
 mobil: 0151 144 55 656
tatjana.witt@gmx.de
www.anti-aging-witt.de

Alternative Lebensberatung



Spezialisiert auf Beziehungsthemen

- Partnerschaft
- Erkennen und Nutzen des Potentials
- Krisen / Herausforderungen meistern
- Beruf(ung) und Neuorientierung

Dr. Elfriede Brümmer

Termine und Anmeldung:
 email: dre.brueemmer@t-online.de
 Tel. 040-456155 (12-13 Uhr oder AB)

Astrologie-Schule Bremen



Persönliche Beratung

- Geburtshoroskop
- Berufsberatung, Paarberatung
- Terminplanung

Professionelle Astrologie-Ausbildung

- für Einsteiger und Fortgeschrittene
- lebensnah und praxisbezogen
- Weiterbildung und Supervision

Christine Keidel-Joura

Delmestraße 74
28199 Bremen
Tel. 0421 – 7 29 29

www.astrologie-schule-bremen.de

Atempause



Selbstfindung, Inspiration, Regeneration

- Atemtherapie nach Prof. Ilse Middendorf
- Einzel- und Gruppenarbeit
- Myoreflextherapie
- Fußreflextherapie
- Bioenergetische Meditation
- Bioenergetische Massage
- Heilung durch den Atem

**Atempausen schaffen neue Lebenskräfte
für Körper, Geist und Seele**

Sanatha Hannig

Atem- und Körpertherapeutin, AFA
Erlenstraße 76
28199 Bremen/Neustadt
Tel./Fax 0421 - 54 86 912
www.atempause-bremen.de

Aura-Soma® Farbpflegesystem



- Aura-Soma® Farb- u. Duftessenzen
- Informationsabende
- Einführungs- u. Tagesseminare
- Aura-Soma® Berater/in-Ausbildung

Aura-Soma® ist eine eingetragene Marke von Aura-Soma® Ltd.

NEU: LITIOS® Lichtkristallberatung mit Licht-Lord Metatron

Licht-Wege

Regina Bauer

Aura-Soma® - Beratung und Ausbildungen und Samahita-Yoga
Bürgereschstraße 27
26123 Oldenburg
Tel.: 0441-82118
Mail: bauerregina@t-online.de
www.licht-wege-land.de

Aura-Soma® & Massagen



- Aura-Soma®-Infoabende
- Verkauf von Aura-Soma®
- Einführungsseminare
- Einzelsitzungen
- Aura-Soma®-Ausbildung
- Ganzheitliche Massage
- Psychische Massage
- Hawaiianische Massage
- Biodynamische Massage

Amida Koitka

Aura-Soma®-Lehrerin
Körpertherapeutin
Gertrudenstr. 30
28203 Bremen

Email: amidak@gmx.de
Tel.: 0421-77842
Mobil: 0160 - 35 85 695

Biodanza® Schule Bremen



**Ausbildung zum/zur zertifizierten
Biodanza- Leiter/ -Leiterin**
(System Rolando Toro)

- Jahresgruppe,
Wochenkurse in Bremen und Hamburg
- Workshops
- Events
- Coaching & Supervision

Leitung: Dipl.-Psych. Antje Koolen

Biodanza-Leiterin seit 1996;
Ausbilderin & Supervisorin

Co-leitung/Assistenz: Helge Polzin

Biodanza Leiter & GFK-Coach

Tel.: 0421 - 69 21 96 32
mobil: 0176 - 63004582
info@biodanza-bremen.de

www.biodanza-bremen.de

Coaching Beratung Training



- Achtsames Einzel- und Teamcoaching
- change-management
- Einführung in die GFK
- Konfliktmoderation

Marita Zimmer

Diplomsozialpädagogin (Uni)
systemische Beraterin
Mediatorin
Sozialmanagerin

Tel.: 0421/72995
maritazimmer@aol.com

Christel Preuss



„Emotional frei ist nicht, wer schmerzvolle
Erinnerungen verdrängt, sondern wer
Schmerz und Erinnerung trennt.“

- Einzeltherapie • Traumatherapie (PITT®)
- Systemische Familienberatung
- Fortbildungen zur Klopfakupressur (EFT)
mit Abschlusszertifikat seit 2002
- Autorin „Klopfakupressur – Mit EFT
Energieblockaden lösen“

Christel Preuß

Heilpraktikerin für Psychotherapie
28879 Grasberg

Tel.: 0172-2743182
www.christelpreuss.de

Coaching für Hochbegabte und Hochsensible

**Total *normal* aber ein wenig *anders***

Inneres Gleichgewicht und Selbstwert
sind die Grundvoraussetzungen zur
Entfaltung Deiner Begabungen.

Mein Ziel ist es Dich zu unterstützen
Dein volles Potenzial zu **leben**.

Kirsten Kampmann-Aydogan

Psychosozialer Coach für
Hochbegabte und Hochsensible

Telefon +49 (0) 421 25 7654 7
Mobil +49 (0) 173 37 01 112
info@life-coach-bremen.de

www.life-coach-bremen.de

Dein Leben heilen

**In-Beziehung-Sein leben**

- für Singles, Paare, Eltern, Kinder, Chefs -

- Wie lebe ich dauerhaft Verbundenheit
und Nähe? • Wie stehe ich für mich ein
und sage was ich will? • Wie lerne ich mir
zu vertrauen? • Wie geht es ohne Druck
und Stress zu arbeiten? • Wie nehme ich
dauerhaft ab und bleibe gesund?

**Voicing® & Coaching
Ute Bries**

Mental-Ressource-Trainer/Coach

Termine in Bassum und Bremen

Tel.: 0 42 41/80 48 796
ute.bries@voicing.de

www.voicing.de

Die Kunst der Berührung erlernen

Intouch®
Massageschule

**Die Kunst der Berührung erlernen**

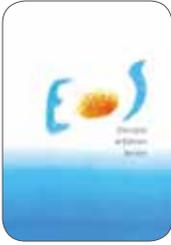
- Ausbildung zum Massagetherapeuten
- Fortbildungen in div. Massagetechniken
- Regelmäßige Genießer-Workshops
- seit über 10 J. Ausbildungskompetenz
- Individuelle Einzelmassagen

Kostenlose Broschüre anfordern!

**Intouch® Massageschule
Hamburg - Kassel**

www.intouch-massage.de
Organisationsbüro Bremen:
Tel: 0421-0421-40897852
info@intouch-massage.de

Heilpraktikerausbildung



therapie | erfahren | lernen
Heilpraktikerausbildung &
naturheilkundliche Fortbildung

- berufsbegleitende Prüfungsvorbereitung
- Vormittags-/ Abendskurse
- Vollzeitausbildung
- Förderungsmöglichkeit über Arbeitsagenturen, Bildungsprämie etc.

eos-Institut, Heilpraktikerschule
Paul Inama

28211 Bremen
Schwachhauser Heerstr. 55
FON 0421.30399.77
FAX 0421.30399.35
info@eos-institut.de
www.eos-institut.de

Impulse zu neuen Lösungen



Impulse zu neuen Lösungen durch:

- Meridianklopftechniken (MET, EFT)
- Energetische Wirbelsäulenaufriechung
- Seelenmeridianmassage
- Beratung z.B. bei BurnOut, Trennung, Mobbing, Raucherentwöhnung

Gesundheitspraxis Steinwedel
Heike Steinwedel

Heilpraktikerin (Psychotherapie)

Wachmannstr. 71
28209 Bremen

Tel.: 0421-6200456

www.gesundheitspraxis-steinwedel.de

Inipi



- schamanische Beratung und Behandlung
- Haus- und Grundstück-Clearing
- Trommelbau
- Medizinradrituale
- Einführung in die Grundlagen schaman. Heilens
- Kraftorte + Kraftobjekte: Aufspüren, Anlegen, Anfertigen
- Sterbebegleitung
- Seelenreisen, z.B. Krafttiere, u.a.
- Seelenanteil-Rückholungen
- Indianische Schwitzhütten in der Lakóta-Tradition
- für Einzelpersonen und Gruppen
- Supervision für schamanische Heiler

Andreas Wesemann

Traditioneller und zeitgemäßer
Schamanismus - Seelenheilungen

Wollaher Straße 57
27721 Ritterhude OT Platjenwerbe
Fon: 0421-62 73 46

andreas-wesemann@web.de
www.inipi-haus-der-seele.de

Institut HKIT®



HEILENDE KRÄFTE IM TANZ®

- Ausbildungen zur
 - Tanzpädagogin HKIT®
 - Tanztherapeutin HKIT®
- Performancetanzausbildung dancing dialogue®
- Tanzreisen an Orte der Kraft

Elke Wagner

Begründerin Gabriele Fischer

D 21256 Inzmühlen
Fon 05198-9811104
Fax 05198-9811105

info@heilende-kraefte-im-tanz.de
www.heilende-kraefte-im-tanz.de

Integralis Bremen



Körperorientiert - Systemisch - Transpersonal

- Einzel- und Paarberatung
- Berufliches Coaching
- BoxCoaching
- **Veranstaltungen:**
 - Integrale Familien- und Systemaufstellungen: Abende, Tage u. WE
 - Der MännerRat
 - Nachsorgegruppe Heiligenfeld

Integralis Bremen

Coaching - Beratung - Seminare

Sögestr. 37-39
28195 Bremen
0421 - 168 68 15

info@integralis-bremen.de
www.integralis-bremen.de

Kabbalistische Geburtsanalyse

**Kabbalistische Geburtsanalyse**

Haben Sie Fragen zu Ihrem Leben?

- Warum habe ich schwere Erkrankungen oder erlebe bestimmte Dinge immer wieder?
- Was sind meine Talente u. Lebensaufgaben?

Mit Hilfe der kabbalistischen Geburtsanalyse ist es möglich Antworten zu finden die Ihnen einen neuen Blick auf Ihr Leben ermöglichen

Rechtsanwalt und Heiler (DGH)

Markus Mollet

Oslebshäuser Heerstraße 33 c
28239 Bremen

info@mollet-personaltraining.de

Mobil: 0049 173 / 2 40 96 01

www.praxisfuersebstheilung.de

Kundalini Yoga



- Kundalini Yoga und Meditation
- Homonyoga im Kundalini Yoga
- Numerologische Beratung
- Aus- und Fortbildungen
- Coaching und Supervision

Mit Krankenkassenerstattung

Dr. Anand Martina Seitz

ANAND NIVAS

Institut für Yoga, Beratung u. Training

Goethestr. 25
28203 Bremen

Tel. 04242 / 597169

yoga@AnandNivas.de

www.AnandNivas.de

Lichtbahnen-Therapie nach Trudi Thali

**Spirituelle Meridianbehandlung**

- Lichtbahnen-Behandlung mit Beratung
- Ausbildung zum Lichtbahnen-Therapeuten
- Fernheilung
- Engel-Seminare, -Reading
- Behandlung für Kinder
- Seminarreise Patmos/Griechenland
- Meditationsabende

Sabine Büsselmann

Birkenweg 37a

26203 Tungen

Tel. 04407-2735

sabine-buesselmann@t-online.de

www.lichtbahnentherapie-oldenburg.de

Living in flow

**Zeit für ein gutes Leben!**

- Coaching für Beruf, Beziehungen und Schule
- Workshops:
 - Essen und Psyche,
 - Duftmeditationen mit ätherischen Ölen
 - Zeit für Veränderung mit Leichtigkeit
 - Kreatives Malen

Wiebke Klatt

Heilpraktikerin für Psychotherapie
Wingwave coach, Eft Therapeutin

Bismarckstr. 48

28203 Bremen

Mobil: 0174 60 60 555

www.living-in-flow.de

Massage

Norddeutsche Massageschule



Süddeutsche Massageschule

Ganzheitlich Energetische Massage lernen und genießen

- Jahresausbildung an 11 WE
- Für Anfänger und Fortgeschrittene
- Westliche u. östliche Massagepraxis
- Kostenlose Infoabende
- Regelmäßige Einführungsseminare
- Beruf Massage-Practitioner®

Norddeutsche Massageschule

Bremen, Tel. 0421-3477349

www.NorddeutscheMassageschule.de

Süddeutsche Massageschule

Fürth, Erlangen, Tel. 0911-9376764

www.SueddeutscheMassageschule.de

Medium



Spirituelles Heilen & Jenseitskontakte

- Lebensberatung, Persönlichkeitsentwicklung
- Standortbestimmung, Trauerarbeit
- Individuelle Meditationen
- Regelmäßige Demonstration von Jenseitskontakten
- Workshops zu Intuition und Medialität

Undine Zeidler

Medium

Bismarckstraße 48
28203 Bremen
Mobil: 0173/5601748
www.spirit-lilienthal.de

Praxis für ganzheitliche Heilkunde



- TCM: Akupunktur
- Ohrakupunktur
- Farbpunktur/ P. Mandel (für Kinder sehr geeignet)
- Massage/ Fußreflexzonen-Massage
- Spagyrische Medizin n. Dr. Zimpel
- Magnetfeld-Therapie/ PERTH
- Ernährungs- und Gesundheitsberatung
- Heilarbeit nach Dr. Eric Pearl:
 - Reconnective Healing®
 - The Reconnection®

Brigitte Hertel
Heilpraktikerin

28215 Bremen
Hemmstr. 123-125
Tel.: 0421-3762299
www.heilpraxis-hertel.de

Reconnection® und Reconnective Healing®



„It's time to come home“ - Eric Pearl
Reconnective Healing®
bringt uns in Kontakt mit hochschwingenden
Heilfrequenzen für den Einklang von Körper,
Geist und Seele
The Reconnection®
ist eine einmalige spirituelle Erfahrung
und öffnet uns den Weg zu uns selbst

Miriam Wender
Reconnective Healing® Practitioner
Level I, II und III

Contrescarpe 9
28203 Bremen
Tel: 0421 - 16 10 00 04
info@miriam-wender.de
www.miriam-wender.de

Sauna - Meditation - Ayurveda Massage



Die alternative Sauna in Bremen

- Sauna - in harmonisch angenehmer Atmosphäre
- Dienstags Frauensauna
- OSHO – Kundalini Meditation
- QLB – Atem Meditation
- Ayurveda Massage
- Geschenkgutscheine: Massage / Sauna
- Vermietung: Sauna / Meditationsraum

Die Sauna im Viertel

Außer der Schleifmühle 76
28203 Bremen
Tel: 0421 / 840 85 66
Mobil: 0174 / 768 75 85
Email: info@diesaunaimviertel.de
www.diesaunaimviertel.de

Schamanismus



Schamanische Energearbeit

u.a. Schwerpunkte:

- Beziehungsprobleme
- Lebensfragen
- Frauenrituale und
- für Krisensituationen

Ich bediene mich u.a. folgender Technik:
Seelenrückholung & Extraktion nach
Dr. Alberto Villoldo und der Inka Tradition.

Annette Assmy

mobil 0176 61315306
a.assmy@gmx.net
www.chaskawisdom.com

Seminar- und Ferienhaus Adelheidshof



- Seminarraum 80m² • 2 Ferienwhg
- 3 DZ und 4 DZ, sowie 4 Gästezimmer
- 22 Gäste + Zustellbetten • Selbst-, Teil- oder Vollverpflegung • gr. Garten, Zelten, Feuerstelle, Badeseesee i.d.Nähe • Massagen, Atemtherapie, Coaching • Und: In den Monaten Mai bis Sept. "Kleines Café" Sa und So geöffnet

Seminar- und Ferienhaus Adelheidshof

Gästezimmer am Weserradwanderweg, 45 km von Bremen entfernt bei Verden/Aller Magelsen 5, 27318 Hilgermissen
Tel.: 04256 573
Email: info@adelheidshof.de
www.adelheidshof.de

Seminarraumvermietung



- Seminarraumvermietung an Wochenenden und in Ferien langfristig
- 86 qm Gruppenraum, Korkfußboden, viel Licht, warme Farbtöne
- Übernachtung für 12 - 13 Personen
- Selbst-, Teil- oder Vollverpflegung
- Bauerngarten und großer Balkon
- ideal für Körperarbeit und Therapie
- ankommen und wie zuhause fühlen
- Matten, Decken und Sitzkissen vorhanden

Seminarraum Martfeld

zvw. Bremen, Hamburg und Hannover Bettina und Edmund Traichel Kraft Dorfstr. 18, 27327 Martfeld
Tel: 04255 - 350
www.seminarhaus-shiva-shakti.de

SteinReich



- Edelsteine • Schmuck • Kunstobjekte
- Sitzkissen • Yogamatten • Hocker
- Engel • Elfen • Trolle • Buddhas • Taras
- Klangschalen • Ayurveda • Aura Soma
- Zimmerbrunnen • Reiki • Zauberpumpel
- Kristallsalz • Feng-Shui • Räucherwerk
- Primavera-Duftöl • Kugelspiralen
- Beratungen • Bücher • DVDs • CDs

SteinReich der Erlebnisladen

Am Dobben 78, 28203 Bremen
Di - Fr: 11 - 19 Uhr, Sa: 11 - 17 Uhr
Akademie SteinReich
Raumvermietung für Veranstaltungen
Schwachachhauser Heerstraße 2a
Tel: 0421 49 87 303
www.SteinReich-Bremen.de

Tanz, Meditation und Energiearbeit

TANZ & STILLE
Eine Reise durch die sieben Chakren

- Offene Jahresgruppe
- 14-tägige Gruppe (für Frauen)
- Afrikanischer Tanz in Bremen und Bremen-Nord

Katrin Sack

Tanz- und Rhythmuspädagogin
Körperpsychotherapeutin (HPG)
Saalfelder Str. 28
28215 Bremen
Tel. 0421 - 3498912
katrin.sack@t-online.de
www.katrin-sack.de

Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) - Shiatsu



- Akupunktur
- Shiatsu
- feinstoffliche Energiearbeit
- Westliche Kräuter nach TCM
- Kräuterlehre

Nathali Winckler
Heilpraktikerin

Markgrafenstr. 20
79115 Freiburg
Email: nate-wi@web.de
Tel: 0761/15284759
www.wir-machen-tcm.de

Wellness & Gesundheit



**Gesundheit:
Vorsorge - Regeneration - Erhaltung**

- Dorn-Breuss - Rückengesundheit
- Kinesiologie - Harmonisierung der Meridiane
- Facial Harmony - Über das Gesicht den Körper erreichen und die Seele streicheln
- TCM (Traditionelle Chinesische Medizin)
- Workshops rund um die Erhaltung der Gesundheit

C.- Andrea Lippert
Entspannungstherapeutin, Dozentin,
Zhineng Qigong Master

23795 Bad Segeberg, An der Trave 158
Tel: 04551 / 99 308 95

und in: 27798 Hude, Breslauer Str. 36
(Zweitpraxis) Tel: 04408 / 98 23 70
info@wellnessundgesundheit.com

WindWeiteWattenmeer



**Eine Oase der Erholung, an der Nordsee
300 m hinterm Deich, Ganzjährig geöffnet**
12 Ferienwohnungen und ein Ferienhaus
modern und komfortabel eingerichtet,
Für Familien und Gruppen,
Gruppenraum und Kinderspielraum,
Großer Innenhof mit Grill gemütlichen,
Sitzecken und Spielmöglichkeiten

WindWeiteWattenmeer
Ferien in Tossens

Meidgrodenweg 1,
26969 Tossens / Butjadingen
Stefanie Schuck, 0173 - 3 95 4 59 4
info@windweitewattenmeer.de

www.windweitewattenmeer.de

Yoga und Ayurveda



Einzelsitzungen und Beratungen:

- Psycho-Yoga-Coaching bei Lebenskrisen
- Abnehmen ohne zu hungern
- Ayurvedische Klangmassage
- Individuelle Meditationsanweisung
- Seelische Entspannung d. Pranaübertragung

Ausbildungsangebot:

- Yoga-Übungsleiter/in und -Lehrer/in
- Kinderyoga-Kursleiter/in (Kompaktseminar)
- Lachyoga-Kursleiter-Ausbildung

Nepal Lodh
Dipl.-Soz.-Wiss.Yogameister

Schwachhauser Heerstr. 266,
28359 Bremen

Tel.: 0421-239399
email: nepal.lodh@t-online.de

www.hindu-akademie.de

Yonia-Rosenblütenmassage



Die Yonia-Rosenblütenmassage ist ein acht-sames und sinnliches Heilritual für Frauen. Körper und Intimbereich werden ausgiebig, liebevoll massiert. Die Yoni (Sanskrit für die weibl. Genitalien) ist ein empfangendes Organ, das während eines Lebens viele Informationen und Erfahrungen speichert. Diese gilt es zu neu erforschen, bzw. kennenzulernen; zwischen Lust und Heilung.

Susanne Golob

Yonia-Rosenblütenmassage
Massagen und Vorträge
in Bremen und Hamburg

Tel. 0178 90 69 101
susanne@yonia.de

www.yonia.de

Zhineng Qigong Zentrum ZQ4U



**Workshops & Seminare -
Aus- und Fortbildungen**

- das Immunsystem stärken
- körperliche Beschwerden lindern - Vertrauen finden
- Wohlbefinden fördern - das Selbstwertgefühl steigern
- Stress reduzieren - Emotionen harmonisieren
- Achtsamkeit entwickeln - das Bewusstsein kultivieren

C.- Andrea Lippert
Entspannungstherapeutin, Dozentin,
Zhineng Qigong Master

23795 Bad Segeberg, An der Trave 158
Tel: 04551 / 99 308 95

und in: 27798 Hude, Breslauer Str. 36
(Zweitpraxis) Tel: 04408 / 98 23 70
info@wellnessundgesundheit.com

Veröffentlicht werden • EINZELTERMINE (z.B. 3. Dez. 15), die im Raum Bremen, Oldenburg und Umland, zu einem angegebenen Termin (Uhrzeit, Straße, Ort) - öffentlich - stattfinden. Eingereichte TERMINE die länger sind als 120 Zeichen und „Regelmässige Termine“ werden wie Kleinanzeigen behandelt und pro 30 Zeichen mit 3,- € berechnet. Der nächste Anzeigenschluss (Juni/Juli 2015 Ausgabe) ist der 7. Mai 2015. Termine und Kleinanzeigen sind direkt auf unseren Online-Formularen buchbar: www.kgsbremen.de

APRIL 2015

1. Mittwoch

20:15 Uhr: Mantra-Singen, Offener Singkreis mit A. v. Oppen im Stein-Reich, HB, Schwachhauser Heerstr. 2a, Tel. 0421/76191

5. Sonntag

15:00 Uhr: QLB Atem Meditation, Meditationscenter, Außer der Schleifmühle 76 HB, 3 EUR, Infos: 0421-8408566

7. Dienstag

10:00-19:00 Uhr: Frauensauna, Außer der Schleifmühle 76, HB, 12,50 EUR, Infos: 0421-8408566

8. Mittwoch

20:00-22:00 Uhr: "Come Dance And Be" - Tanzmeditation, 12 EUR, Ort: Mitas ZeiTRäume, Feuerkuhle 61, Bremen, Tel: 0421-98503731

9. Donnerstag

20:00-22:30 Uhr: Biodanza Schnupperabend, Grundstr. 3, 17/14 EUR, Jennifer Knaak, 0421/79277748, www.poetry-of-life.de

10. Freitag

17:00 Uhr: "Energiewende von unten", Ort: Gesamtschule Mitte (Hemelinger Str. 11, Bremen), Eintritt frei

11. Samstag

10:00-18:00 Uhr: „Familien- und Systemaufstellung - Tag“ mit Claudia Budelmann. Integralis Institut Bremen, Sögestr. 37-39, Tel. 0421/1686815, www.integralis-bremen.de

20:00 Uhr: Didgeridookonzert mit Matthias Eder, Gemeindezentrum Zion, Kornstr. 31, Bremen, Eintritt: EUR 10,-/8,- erm.

12. Sonntag

17:00-18:00 Uhr: Sinngebung - Leben mit einem schweren Schicksal (Ulrich Sachsse), Wdh. am 19.4., RadioWeser 92,5/101,85Mhz.

19:15-20:15 Uhr, Herzenslieder/ Mantrensingen mit Heidi Feldhäuser
Ort: Meditationshaus in der gartenetage, Elsa-Brändström-Str. 34, 28359 Bremen

14. Dienstag

19:00-20:00 Uhr: Selbst aktiv gegen Stress sein. Kostenloser Infoabend. Im ZEPP, Bahnhofstr. 12, Bremen. Praxis für Stressprävention & Energearbeit. www.wilona-herbrig.com

17. Freitag

9:30-11:30 Uhr: Tara-Process, Chakra-Reise mit Maya Niemann im Mandala, Grundstr. 3, Bremen, Infos unter mail: Maya.mail@web.de

18:00-22:00 Uhr: „Familien- u. Systemaufstellung – Themenabend / Psychosomatik“ mit Claudia Budelmann. Integralis Institut Bremen, Sögestr. 37-39. Tel. 0421/1686815, www.integralis-bremen.de

20:00-22:00 Uhr: "Come Dance And Be" - Tanzmeditation, 12 EUR, Ort: Mitas ZeiTRäume, Feuerkuhle 61, Bremen. Tel: 0421-98503731

18. Samstag

10:00-16:00 Uhr: Flohmarkt. Ort: Seminarhaus Lichtblick, Sandersfelder Weg 2, 27798 Hude, Tel: 04408-923245

19. Sonntag

10:30-18:00 Uhr: Tag der offenen Tür im Heilkundezentrum. Ort: Seminarhaus Lichtblick, Barbara Wurmsee, Sandersfelder Weg 2, 27798 Hude, Tel: 04408 - 92 32 45

20. Montag

20:00-22:00 Uhr: offene Meditation + Vortrag: Beziehungen heilen Seminarhaus in Weyhe, Flatterdamm 106; 15,- EUR, Tel. 0421-808325

22. Mittwoch

19:30 Uhr: Wertimagination zur Lebensfreude, Praxis "Sinn und Werte", Anmeldung: Tel. 0421/ 69 66 13 35,



Wellness Wirbler
Der Wasserverwirbler

Lassen Sie sich
Ihr Leitungswasser
schmecken!

www.wellnesswirbler.de

Anzeige

24. Freitag

10:00 Uhr: „BoxCoaching als Workshop“ Fortbildung zum Thema Aggression, 2 Tage (24.+25.4.) mit Jörg Kothe. Integralis Institut Bremen, Sögestr. 37-39., Tel. 0421/1686815, www.integralis-bremen.de

18:00-19:30 Uhr: Humortraining "Mit Humor geht alles besser", Goethestr. 25, Bremen. Tel. 0421/69644307, www.lachschule-bremen.de

19:00 Uhr: Mars/Merkur-Themen im Horoskop. Astrologie-Schule Bremen, Delmestr. 74, Info und Anmeldung, Tel. 0421-72929

25. Samstag

8:30 Uhr: OSHO-Meditationstag, Meditationscenter, Außer der Schleifmühle 76 HB, 40 EUR, Anmeldung: Tel. 0421-8408566

10:00-17:00 Uhr: Wildkräuterführung mit veganem Rohkostmenü, www.die-wilde-Kost.de; Syke, Steimker Str. 64a, Tel. 04242-577840, 75 EUR.

26. Sonntag

10:00-17:00 Uhr: "Baumkrafttag" - wir spüren die Kraft der Erde und Bäume und integrieren diese. www.die-wilde-Kost.de / Syke, Steimker Str. 64a, Tel. 04242-577840, 120 EUR.

17:00-18:00 Uhr: Kreativ mit dem Leben umgehen (A.Keil), Wdh. am 3.5., RadioWeser 92,5/101,85Mhz

29. Mittwoch

17:30-19:00 Uhr: Craniosacrale Therapie Infoabend, Craniosacral-Schule Bremen, Hollerstr. 14, HollerHaus (bitte anmelden)

MAI 2015

3. Sonntag

13:30-14:30 Uhr "Weltlachtag" und Bremen lacht mit! - Marcusbrunnen-Bürgerpark. Tel. 0421 / 69644307, www.lachschule-bremen.de

6. Mittwoch

20:15 Uhr: Mantra-Singen, Offener Singkreis mit A. v. Oppen im Stein-Reich, HB, Schwachhauser Heerstr. 2a, Tel. 0421/76191

7. Donnerstag

20:00-22:30 Uhr: Biodanza Schnupperabend, Grundstr. 3, 17/14 EUR, Jennifer Knaak, 0421/79277748, www.poetry-of-life.de

8. Freitag

18:00-22:00 Uhr: „Familien- u. Systemaufstellung - Abend“ mit Claudia Budelmann. Integralis Institut Bremen, Sögestr. 37-39, Tel. 0421/1686815, www.integralis-bremen.de

9. Samstag

16:00 Uhr: AMOR - Das Paarprojekt, Info-Nachmittag zur Jahresgruppe. Centrum für Partnerschaft, Lüdemannweg 30, Lilienthal. Eintritt frei. www.amor-paarprojekt.de/ Tel: 4298-4392

10. Sonntag

10:00-17:00 Uhr, Vegane rohköstliche Wildkräutertorten herstellen. www.die-wilde-Kost.de / Syke, Steimker Str. 64a, Tel. 04242-577840, 95 EUR.

17:00-18:00 Uhr: Das Böse als Preis der Freiheit (Rüdiger Safransky), Wdh. am 17.5., RadioWeser.

15. Freitag

18:30 Uhr: Bremer Yogatage - offen für alle. Tanz-Yoga, Ahimsa- Berufsverband Bremer Yogalehrende, Ort: Schwachhauser Heerstr. 266, Bremen.

19:00 Uhr: Großes Mantra-Konzert, Ort: Schwachhauser Heerstr. 266, Bremen, Info Tel. 0421-239399

18. Montag

20:00-22:00 Uhr: offene Meditation + Vortrag: gewaltfreie Kommunikation Seminarhaus in Weyhe, Flatterdamm 106; 15,- EUR, Tel. 0421-808325

20. Mittwoch

18:00-19:30 Uhr: Craniosacrale Therapie Infoabend, Craniosacral-Schule Bremen, Hollerstr. 14, HollerHaus (bitte anmelden)

19:30 Uhr: Wertimagination zum Paradiesgarten, Praxis "Sinn und Werte", Anmeldung: Tel. 0421/ 69 66 13 35 bei Lidia Schladt

22. Freitag

20:00-22:00 Uhr: "Come Dance And Be" / Tanzmeditation, 12 EUR, Ort: Mitas ZeiTRäume, Feuerkuhle 61, Bremen. Tel. 0421-98503731

23. Samstag

15:00-18:00 Uhr: Lachyoga-Workshop "Lachen ist gesund", Goethestr. 25 Bremen Tel. 0421/69644307, www.lachschule-bremen.de

24. Sonntag

17:00-18:00 Uhr: "Sich losreißen und sich entwerfen" (Ute Lauterbach), Wdh. am 31.5., RadioWeser 92,5/101,85Mhz

29. Freitag

18:00-19:30 Uhr: Humortraining "Mit Humor geht alles besser", Goethestr. 25, Bremen. Tel: 0421/69644307, www.lachschule-bremen.de

19:00 Uhr: Merkur/Pluto-Themen im Horoskop. Astrologie-Schule Bremen, Delmestr. 74, Info und Anmeldung Tel. 0421-72929

30. Samstag

8:30 Uhr: OSHO-Meditationstag, Meditationscenter, Außer der Schleifmühle 76 HB, 40 EUR, Anmeldung: Tel. 0421-8408566

10:00-17:00 Uhr: Wildkräuterführung mit veganem Rohkostmenü. www.die-wilde-Kost.de / Ort: Syke, Steimker Str. 64a, Telefon: 04242-577840, 75 EUR.

31. Sonntag

10:00-17:00 Uhr: "Baumkrafttag" - wir spüren die Kraft der Erde und Bäume und integrieren diese. www.die-wilde-Kost.de / Syke, Steimker Str. 64a, Tel. 04242-577840, 120 EUR.

15:00 Uhr: "Reif für die Partnerschaft!?" Vortrag mit Silvia Meyer & Raymond Fismser. Ort: etage, Bahnhofstr. 12, Bremen. 12 EUR, Tel. 04298-4392, www.amor-paarprojekt.de

15:30-17:30 Uhr: Traumdeutung + Spiegelgesetze (offene Arbeitsgruppe) Seminarhaus in Weyhe, Flatterdamm 106; Spende, Tel. 0421-808325

REGELMÄSSIGE TERMINE

Qi Gong, Dienstags, Neuer Qi Gong Kurs Dienstags 18 - 19.30 Uhr. Beginn 14. April in der Praxis Dr. Schuhmacher, Hagenauerstr. 17, Schwachhausen. Info u. Anmelddg.: Dagmar Ruthenberg, zertifiz. Qigongtrainerin, HP, mail: dagmar.ruthenberg@hamburg.de / Tel. 042937897833

Offener Sinkreis mit Peti Songcatcher: Wir singen Lieder, Chants & Mantren aus aller Welt. Dienstags 19-20.30 Uhr: 7.4., 21.4., 5.5., 26.5. Ort: NAHBEI, Findorffstr. 108/Ecke Thielenstr., 28215 Bremen-Findorff. Abendkasse 15-11 Euro. Mehr Info siehe www.schoepferin.eu. Telefon: 0151/56672232. Email: petralee@web.de. Willkommen!

Lachyoga: Don.17-18 Uhr offene Gruppe HB-Mitte; Don. 15-16.00 Uhr krebsbetr. Frauen; Dien. 18.30-19.30 Uhr/Neustadt; Humortraining: Freitag 18-19.30 Uhr Tel.:0421/69644307, www.lachschule-bremen.de

Lachen: jeden Samstag die besondere Gelegenheit für LachliebhaberInnen. Im Viertel. Roman A., Tel. 0421-3780464

Nachsorgegruppe: Abendgruppe für Nachsorge nach Klinikaufenthalt, Mittwoch, 14-tägig, 20 EUR. Integralis Institut Bremen, Sögestr. 37-39. Tel. 0421/1686815, www.integralis-bremen.de

MännerRat – jeden 1. u. 3. Donnerstag, Abendgruppe für Männer mit Jörg Kothe. Integralis Institut Bremen, Sögestr. 37-39. Tel. 0421/1686815 www.integralis-bremen.de

Eine Anzeige unter „Wer macht Was“ kann beliebig lang sein und auf beliebige Dauer geschaltet werden. Mindestens jedoch 4 Einheiten. Mindestlaufzeit: 3 Ausgaben. Eine Einheit kostet 3,- € und entspricht 30 Zeichen. In dieser Rubrik sind keine Terminangaben möglich. • Die Rubriken sind vorgegeben, Wunsch-Rubriken können geäußert werden – ohne Garantie auf Berücksichtigung • Der jeweilige Betrag ist im Voraus fällig, und wird vom Konto des Auftraggebers abgebucht. • Anzeigenschluss für unsere Juni/Juli 2015 - Ausgabe ist der 7. Mai 2015 • Kleinanzeigen sind auf Online-Formularen direkt über unsere KGS-Homepage buchbar: www.kgsbremen.de

Abnehmen

Abnehmen beginnt im Kopf. Abnehmen ist Deine Liebeserklärung an Dich selbst. Mental-Emotionale Ressourcen & Stoffwechsel-Optimierung für schnellen und dauerhaften Erfolg! Tel.: 04241 - 80 48 796. www.voicing.de

Astrologie

Astrologie-Schule Bremen, Christine Keidel-Joura, Delmestr. 74, Telefon: 0421/72929, www.astrologie-schule-bremen.de

Astrologie-Zentrum Bremen, Ausbildungszentrum des Deutschen Astrologen-Verbandes, Beatrix Braukmüller, Bremen, Tel: 0421-700870, www.astrologie-zentrum-bremen.de

Atemarbeit

Atemtherapie nach Prof. I. Midendorf, Myoreflextherapie und Bioenergetische Meditation nach Philippi. Sanatha Hannig, Bremen, Telefon 5486912, www.atempause-bremen.de

Aufstellungsarbeit

Integrale Familien- und Systemaufstellungen: Abende, Einzeltage u. Wochenenden mit Claudia Budelmann. Integralis Institut Bremen, Sögestr. 37-39. Tel. 0421/1686815 www.integralis-bremen.de

Aufstellungsarbeit/Gewaltfreie Kommunikation Sigrid Peinemann, HP Psychotherapie, Flatterdamm 106, 28844 Weyhe, Tel. 0421-808325

Spirituelle Aufstellungsarbeit: Geistige Pranaheilung mit Nepal Lodh, Tel. 0421-239399

Aura Soma

Regina Bauer: www.licht-wege-land.de und Tel: 0441-82118

Amida Koitka, Beratung und Verkauf: Tel: 0421-77842

Auszeit

AuszeitHaus-Weiße Muschel einfühlbare Begleitung in seel. Krisen. Telefon: 04253-1308 in Asendorf, www.die-weiße-muschel.de, Wiltrud Henning, HP Psych

Ayurveda

Ayurveda u. Kalarimassagen, Ernährungs- u. Lebensstilberatung, Kuren, Arrangements, Gutscheine. Surya Ayurveda & Yogapraxis Dagmar Battermann, www.ayurveda-surya.de, Tel. 0441/99864499

Beziehungen

Heile Dein In-Beziehung-Sein mit Dir, Anderen und dem Leben. www.voicing.de - Tel. 04241-80 48 796.

Biodanza

Biodanza Schule Bremen, Dipl. Psych. Antje Koolen-Polzin, Loggerstr. 7, 28759 Bremen, Tel. 0421-69219632, www.biodanza-bremen

Biodanzgruppen und Workshops, Jennifer Knaak, Tel.: 0421/79277748, www.poetry-of-life.de

Bioläden / Biomärkte

Naturkost Kontor Bremen, im Frischzentrum (Großmarkt Bremen, Spezialitätenhalle Tor 14, Am Waller Freihafen 1

Bioläden: Kraut und Rüben. Wulverstr. 5 im Ostertor, 28203 Bremen, Tel. 0421-73773

Naturkost Abakus, der Mitgliederladen im Steintor, Grundstraße 30, 28203 Bremen

Aleco, Kirchweg 204, Bremen

Aleco, Bismarckstraße 14, Bremen

denn's Biomarkt GmbH, Nadorsterstr. 54-56, 26123 Oldenburg

Bio Leutner e.K., Ernst-Buchholz-Str. 3-7, 28279 Bremen, Öffnungszeiten: Mo-Sa: 8.00 - 20.00, Tel: 0421 - 57705628

Bioresonanz

Bioresonanztherapie, haw. Körperarbeit, Dr. med. Barbara Baum, Telefon: 0421-16105619, www.barbarabaum.de

Bindungsenergetik

Bindungsenergetik, die herzgeleitete Psychotherapie, Maria Schweigstüll, Heilpraktikerin (Psychotherapie), Telefon: 0421-46 88834, www.herzimpulse.de

Einfach schön: die Bindungsenergetik ist eine gesundheitsgeleitete und bindungsorientierte Psychotherapie - zum Stärken, Wohlfühlen und Vertrauen. Sabine Roemelt, Psychotherapeutische Heilpraktikerin, Telefon: 0421/7901894, www.sabine-roemelt.de

Wir sprechen über
**LEBEN
UND
TOD!**
8.- 9. MAI 2015
MESSE BREMEN
www.leben-und-tod.de
MESSE BREMEN



Leuchtturmfabrik Bremen

Ein Ort der Vielfältigkeit
und guten Ideen.

*"Sei Du selbst das Licht,
das Du Dir wünschst."*

(Mahatma Gandhi)

www.leuchtturmfabrik.de

Anzeige

Boxen

BoxCoaching als moderne und wirkungsvolle Methode für mehr Selbstvertrauen und Durchsetzungskraft. Mit Jörg Kothe, Tel. 0421/1686815 www.integralis-bremen.de

Bücher, CDs, DVDs

Buchhandlung Froben, Bücher zur Anthroposophie und zu ganzheitlichen Themen. Lange Straße 4, 28870 Ottersberg. Telefon: 04205-316120

Bültmann & Gerriets, Lange Str. 57, Oldenburg

Steinreich SteinReich, Am Dobben 78, Bremen, www.steinreich-bremen.de

Thalia Buchhandlung, Obernstr. 44-54, „1 Etage“, 28195 Bremen, Tel. 0421-168343, www.thalia.de

Buchhandlung Wrage, Schlüterstr. 4, 20146 Hamburg. www.wrage.de

Büchenwurm, Herbergstr. 12, Achim

Buchhandlung Müller, Goethestraße 24, 27356 Rotenburg

Thalia-Buchhandlung, Achternstraße 16, 26122 Oldenburg, www.thalia.de

Clearing

Clearing, Rückführung und Bodytalk: www.anja-schubert@t-online.de, Tel. 04723-3649

Coaching

Integralis Bremen: Jörg Kothe: Tel. 0421-1686815 und www.integralis-bremen.de

Kabbalistische Geburtsanalyse: Markus Mollet, Rechtsanwalt und Heiler (DGH), Mail: info@mollet-personaltraining.de, Mobil: 0049 173 / 2 40 96 01

Alternative Lebensberatung, Dr. Elfriede Brümmer, spezialisiert auf Beziehungsthemen, Termine und Anmeldung: email: dre.bruemmer@t-online.de Tel. 040-456155 (12-13 Uhr oder AB)

Wingwave-Coaching: Coaching für ein gutes Leben in Beziehungen, Beruf und Schule. Workshops. www.living-in-flow.de / Wiebke Klatt, Bremen, Tel. 0174-6060555

Kirsten Kampmann-Aydogan, Psychozialer Coach für Hochbegabte und Hochsensible, Tel. 0421-25 7654 7, Mail: info@life-coach-bremen.de, www.life-coach-bremen.de

Vesseling - Energetisches Coaching. Was funktioniert gut? In welche Richtung sollten wir gehen? Welche Talente entfalten? Welche Visionen gestalten? Renée Noçon, Vesseling-practitioner; www.zurueck-zum-leben.de, Tel. 04221-6896291

Coaching - Beratung - Training: Marita Zimmer, Diplomsozialpädagogin (Uni), systemische Beraterin, Mediatorin, Sozialmanagerin, Telefon: 0421/72995, Mail: maritazimmer@aol.com

Craniosacrale Therapie

Craniosacral-Schule Bremen: VSVD- anerkannte Fachaus- und Weiterbildungen. Elisabeth Bohrer, Hollerhaus, Hollerstr. 14, 28203 Bremen, Telefon: 0421-3365081 und www.cranioschule-bremen.de

Craniosacrale Balance/Osteopathie für Babys, Kinder u. Erw. Hp Silke Hünemann. Tel. 0421-67358787, www.feinfuehlung-bremen.de

EFT/ Klopfakupressur

EFT/Klopfakupressur, Einzelbehandlung und Fortbildung für höchste Ansprüche!, Christel Preuß/ EFT-Trainerin, Telefon: 172-2743182 und www.christelpreuss.de

EMF Balancing Technique

EMF Practitioner für die Phasen I-XII, Renate Schick, Heilpraktikerin für Psychotherapie und Reikimeisterin, Tel: 04442-802933

Engel

Anna Przybylek, Dipl. Lebensberater und Access Bars Facilitator, Korbmacherstr. 8, 28816 Stuhr, Tel.: 0421-175 26 081, Mail: anna.przybylek@kristallberatung.com und www.kristallberatung.com

Faszien

Faszientraining in Ottersberg, Einzel- und Gruppentraining, weitere Infos unter www.stube50.de

Feng Shui

Klaus Römer + Feng Shui Meisterschule: Tel: 04256-720 und www.feng-shui-meisterschulen.net

Frauen

Yonia-Rosenblütenmassage für Frauen, Susanne Golob, Tel. 0178-9069101, www.yonia.de

Frequenzen

Frequenztraining : Schule der Frequenzen: Workshops – Fernseminare (jederzeit) – Frequenzcoaching, EINS werden mit dem „Hohen Selbst“ & „Der weibliche Aspekt der Schöpfung“. www.Transformation-ins-Licht.de

Heilarbeit

Abbau emotionaler Blockaden - Hilfe zu Lebensfreude und Selbstheilung, Pierre Toborek, Tel: 0441-882888 und www.pierre-sante.com

SELBSTHeilung: "Verschmelzung mit dem SeelenSelbst." Workshops-Retreats-Einzeltermine A. Genja Eickhoff (Frequenzmedium), Tel. 05161-603034 und www.Transformation-ins-Licht.de

Heilpraktiker für Psychotherapie

Christel Preuß, Heilpraktikerin für Psychotherapie, 28879 Grasberg, Telefon: 0172-2743182, www.christelpreuss.de

Ayurveda & Lebensbewegende Therapie, HP Psych U. Wendt. Behandlungen, Chakren-Therapie, Meditation www.ayurveda-wendt.de

Heilkunde

Ganzheitliche Heilkunde, Brigitte Hertel, Heilpraktikerin, 28215 Bremen, Hemmstr. 123-125, Tel.: 0421-3762299, www.heilpraxis-hertel.de

Homöopathie

Sequoia - Schule für Homöopathie und Wachstum in Oldenburg, Kai Lindner, Tel. 0421 - 430 99 50 in Bremen, www.heilpraxis-lindner.de

Praxis KörperKlang: Klass. Homöopathie, tibet. Heilmassagen, Entgiftungsmassagen, Tel. 0421/3467703, www.annelie-bolda.de

Human Design System

HDS-Hamburg, Telefon: 040-456155, Email: hds.hamburg@t-online.de, Skype: hds.hamburg

Humor

Humortraining "Mit Humor geht alles besser" Workshops und regelmäßige Treffen Lachtraining "Lebensfreude durch Lachyoga" Workshops und regelmäßige Treffen. Sabine Heimes-Freesemann, Tel. 0421/69644307, www.lachschule-bremen.de

Kabbalistische Lebensberatung

Lebensberatung auf Basis der kabbalistischen Geburtsanalyse. www.praxisfuerselbstheilung.de / Rechtsanwalt und Heiler (DGH) Markus Mollet, Telefon: 0173/2409601

Kartenlegen

Lebensberatung seit 4 Jahrzehnten. Auch für Sie! Skat, Lenormand, Tarot, Zigeunerblatt, Engelkarten und Numerologie. Tel. 04795-1052

Körperarbeit

Körpertherapie: Die KiTE® - Methode kann helfen wenn die Selbstregulation Ihres Körpers überlastet ist. Xenia Gerdes, Oldbg., Tel. 0174 982 1144, Info: www.wifaki.de

Sehnsucht nach Veränderung? Skan-Körpertherapie, ein Weg zu mehr Lebendigkeit! - Markus Koch, Telefon: 04298-466493, www.skanforyou.de

Klangmassage

Klangwelten erleben, Andreas Rehländer, NEU: Kleibroker Str. 139 a, 26180 Rastede, Tel.: 04402-9734165, info@klangwelten-erleben.de und www.klangwelten-erleben.de

Eine Klangmassage auf der Klangwelle - ein 40saitiges Monochord, auf dem es sich gut liegen lässt - nimmt Sie mit auf eine Reise zu sich selbst. Peter Hess Klangmassagen, Gesundheitsprävention mit Klangschalen, Meditationsabende mit Klangschalen und Gongs, Angelika Meisner, Tel. 04792-1854, www.ameisklang.de

Klangmassage nach Peter Hess, Kennenlernkurse, Gongreisen, Wohlfühl-abende, www.monika-moellers.de / Tel. 0421-9884980

K-Vita - Praxis für Klangmassage und Klangtherapie, Angelika Blauert, Klangtherapeutin, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Am Hulsberg 11, 28205 Bremen, www.k-vita.com, Tel. 0421-699 64 05

Kunsttherapie

www.atelier-fuer-lebengestaltung.de, Therapie & Coaching in Ganderkesee-Schierbrok, Dietmar Gagesch, Telefon: 04221-6898311

Lebensberatung

Alternative Lebensberatung, Dr. Elfriede Brümmer, spezialisiert auf Beziehungsthemen, Termine und Anmeldung: email: dre.bruemmer@t-online.de, Tel. 040-456155 (12-13 h oder AB)

Lichtarbeit

Leben meistern mit Botschaften der Engel und Aufgestiegenen Meistern. Aktive Lichtarbeit - lese und probiere es aus. www.Aufgestiegenemeister.de

Männer

MännerRat - Abendgruppe für Männer mit Jörg Kothe. Integralis Institut Bremen, Sögestr. 37-39., Bremen, Tel. 0421/1686815 www.integralis-bremen.de

9. Lebensgarten-Sommerncamp – gemeinsam Vielfalt erleben

Im Lebensgarten Steyerberg vom 25.7.-2.8.2015



Der Lebensgarten-Steyerberg veranstaltet inzwischen zum neunten Mal das beliebte Sommerncamp. Verbunden mit der eigenen Mitte, Heilungsräume in einer Gemeinschaft erfahren, Bewusstseinsräume öffnen und im Herzen berührt sein sind die Leitideen des 8tägigen Sommerncamps, das auf einer idyllischen Waldlichtung am Rande des Lebensgartens stattfindet. Die Programminhalte der Workshops und Playshops werden durch die vielfältigen Kompetenzen der LebensgärtnerInnen gefüllt: Tai Chi, Schamanisches Heilungsritual, Singworkshop, Filzen, Experimentieren mit Klängen und Rhythmen, Human Design System uvm.

Telefonische Auskunft erhalten Sie über Moussa Reiner Rosenfeld 05764/942965 und das ausführliche Programm finden Sie unter www.lebensgarten-sommerncamp.de

Massage

Jahrestraining in Ganzheitlich Energetischer Massage an 11 Wochenenden, www.norddeutsche-massageschule.de

InTouch Massageschule Hamburg: Tel: 040-7125318 und www.intouch-massage.de

MBSR - Stressbewältigung durch Achtsamkeit

Innerhalb eines 8-Wochen-Kurses lernen Sie Stress zu vermindern und gewinnen Gelassenheit, Gesundheit und Lebensfreude zurück. Info: Kirsten Bung, Tel. 0157-75076239, www.kirsten-bung.de

Meditation

Thavaro - Seminare und Coaching, José-Manuel Zlaber, Leherlandstr. 80, 27607 Langen, Homepage: www.thavaro.de, Email: info@thavaro.de, Tel.: 01706677992

Meditation: Individuelle Meditationsanweisung mit Übernachtung. Nepal Lodh. Tel. 0421-239399

Medium

Jenseitskontakte, Spirituelles Heilen, Lebensberatung, individuelle Meditationen: Undine Zeidler, Mobil: 0173/5601748, und www.spirit-lilienthal.de

Nachsorgegruppe

Abendgruppe für Nachsorge nach psychotherapeutischem Klinikaufenthalt, Mittwoch, 14-tägig. Integralis Institut Bremen, Sögestr. 37-39. Tel. 0421/1686815 www.integralis-bremen.de

Persönlichkeitstraining

Bewusstseins Akademie, Erfolgstrainerin und Coach Sabine Abdel-Zaher, Tel.: 04202-766111 und Mobil: 0172-1364942 und Bewusstseins-Akademie@web.de

Produkte aus aller Welt

hess klangkonzepte seit 1989 / Nepal Importe, Uenzer Dorfstr. 71, 27305 Süstedt / Uenzen, Telefon: 04252-2411, Mail: info@hess-klangkonzepte.de, Online Shop unter: www.hess-klangkonzepte.de; Weitere Informati-

onen zu Peter Hess@Klangmethoden, Aus- & Weiterbildung: www.peter-hess-institut.de

Psychotherapie

Integrative Primärtherapie, Der Weg des Fühlens. Das Fühlen des Schmerzes beendet das Leiden. Gabriela Luft, Telefon: 0421/68547713 und www.primaertherapie-luft.de

Präventologie

Tatjana Witt, Präventologin, Beratung - Coaching - Training, Delbrückstr. 2, 28209 Bremen. Telefon: 0421 430 35 457, Mail: tatjana.witt@gmx.de und www.anti-aging-witt.de

Qigong

Qigong-Kurse in Bremen: Findorff, Schwachhausen, Woltmershausen, Neustadt, Silke Schmidt, Tel: 0421/535542, www.silke-schmidt.net

Lüer Mehrstens, Taijiquan- und Qigong-Kurse: wudang-Zentrum für Taijiquan- und Qigong, Tel. 0421-702427, mehr@wudang-bremen.de, www.wudang-bremen.de

Zhineng Qigong Übungsleiter-Intensiv-Ausbildung bei Paracelsusschule Oldenburg

Dozentin C.-Andrea Lippert

Entspannungstherapeutin, TCM- und Zhineng Qigong-Master

Qigong ist eine inhaltsreiche Übungslehre, die auf dem Wissen der Traditionellen Chinesischen Medizin basiert. Es ist eine ganzheitliche, traditionelle stets weiterentwickelte Methode, die den Körper stärkt, die Gesundheit fördert, die Beweglichkeit erhält, bzw. auch wiederherstellt, den Umgang mit den Emotionen lehrt und die Lebensfreude, das Wohlbefinden steigert. Eine der effektivsten Formen ist das Zhineng-Qigong, welches daher auch als "medizinisches Qigong" bezeichnet wird, und immer populärer wird. Die Form wirkt sich positiv auf sämtliche Prozesse im

Menschen aus und unterstützt die notwendige Achtsamkeit für den eigenen Körper. In der Ausbildung, die in 3 Blöcken verläuft, lernen Sie, Zhineng Qigong sowohl für sich selber zu nutzen als auch, wie Sie es kompetent weitergeben können. Grundsteine hierfür sind die erworbenen Grundlagen des Zhineng Qigong in Theorie, Hintergrund und Praxis. In dieser Ausbildung wird ein umfangreiches Fundament für die unterrichtende Praxis erworben. Dabei erfahren Sie einige Tiefen des Qigong und können sie auch direkt anwenden.



Infostunden: 19.06.15 / 1. Ausbildung: jeweils donnerstags bis einschl. samstags: Mai: 07.- 09.05.15 /

Juni: 18.-20.06.15 / Juli 16.-18.07.15; 2. Ausbildung: jeweils donnerstags bis einschl. samstags:

Sept.: 03.-05.09.15 / Okt.: 01.-03.10.15 / Nov.: 12.-14.11.15. Nähere Details bei: Paracelsusschule Oldenburg,

Frau Gedik, Tel. 0441/ 925 02 60 oder bei Frau Lippert unter: Tel. 04551/ 99 308 95.

Sämtliche Monatskurs-Termine finden Interessenten unter: www.zq4u.com

Zhineng Qigong Zentrum ZQ4U, Workshops & Seminare, Aus- und Fortbildungen, u.a. Immunsystem stärken und Stress reduzieren. C.-Andrea Lippert, Entspannungstherapeutin, Dozentin, Zhineng Qigong Master, Bad Segeberg, Tel: 04551 / 99 308 95 und in Hude (Zweitpraxis) Telefon: 04408 / 98 23 70, mail: info@wellnessundgesundheit.com

Zhineng Qigong Zentrum ZQ4U, C.-Andrea Lippert in: Hude und Hatten/Sandkrug und Bad Segeberg, Tel. Hude: 04408/982370, Tel. Segeberg: 04551/9930895, www.zq4u.com

Reconnection® / Reconnective Healing®

Miriam Wender, Reconnective Healing® Practitioner Level I, II und III, Contrescarpe 9, 28203 Bremen, Tel: 0421 - 16 10 00 04, info@miriam-wender.de, www.miriam-wender.de

Sandra Heuschmann, Reconnective Healing® Practitioner Level I,II,III; 27283 Verden, Tel. 0160-8466603, Mail: (info@)dein-raum-berlin.de

Brigitte Hertel Heilpraktikerin und Praktizierende für Reconnective Healing® / The Reconnection®. Kontakt: Tel. 0421-3762299, www.heilpraxis-hertel.de

Retreat

Auszeit-Haus-Weiße Muschel einfühlsame Begleitung möglich Wiltrud Henning HP Psych., Tel: 04253-1308, www.die-weisse-Muschel.de, Aufstellungsarbeit, Transp. Psychologie auch Einzelbehandlung

Sauna

Die Sauna im Viertel - Sauna, Meditation, Massagen. Außer der Schleifmühle 76, 28203 Bremen, Tel: 0421 - 8408566, info@diesaanaimviertel.de, www.diesaanaimviertel.de

Schamanismus

Schamanisch Heilen: Seelenrückholung, Heilrituale, Trainings, Gabriela Luft, Telefon 0421/68547713, www.primaertherapie-luft.de

Schamanische Arbeiten: Kraftlied und Seelenreisen, Andreas Wesemann, Telefon 0421-627346 und Mail: andreas-wesemann@web.de; www.winiipi-haus-der-seele.de

Vesseling - leichtes Leben leben! Blockaden lösen, Altes loslassen, Neues empfangen, Talente entfalten und Visionen gestalten; das ist Vesseling. Renée Noçon, Heilpraktikerin, Energieseherin nach Martin Brune®, www.zurueck-zum-leben.de, Tel. 04221-6896291

Schamanische Energiearbeit, Annette Assmy, Bremen, Mobil 0176-61315306, a.assmy@gmx.net, www.chaskawisdom.com

Seminar- / Retreathäuser

Seminar- und Retreathaus in der Göhrde. www.retreathaus-goehrde.de, Telefon 05855-978233.

Seminarraum Martfeld: Tel: 04255-350 und www.seminarhaus-shivashakti.de

Lichtblick Seminarhaus & Ferienwohnungen, Sandersfelder Weg 2, 27798 Hude-Hurrel, Tel: 04408-923245, www.seminarhaus-lichtblick.de und info@seminarhaus-lichtblick.de

Haus Ohlenbusch, Viehlander Strasse 5, 27726 Worpsswede, Telefon: 04791-2875 und www.seminarhaus-ohlenbusch.de

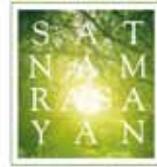
Hof Oberlethe, Wardenburgerstraße 24, 26203 Wardenburg, E-Mail: info@hof-oberlethe.de, Telefon: 04407-6840, www.hof-oberlethe.de

„Seminar- und Ferienhaus Adelheidshof“, Friederike Stegemann, Adelheidshof, Magelsen 5, 27318 Hilgermissen, Telefon: 04256 573, www.adelheidshof.de

Ferienwohnung, Zimmer, Mehrzweck- / Seminarraum für bis zu 50 Personen. Stefanie Schuck, Meidgrodenweg 1, 26969 Tossens / Butjadingen, Ganzjährig geöffnet, Tel. 0173-3954594, info@windweitewattenmeer.de, www.windweitewattenmeer.de

Stimme

Stimme und Seele: Ausdruck und StimmigSein. Mit VOICING® wandeln Sie Stimm-, Sprech- und Kommunikationsblockaden nachhaltig. www.voicing.de - Tel. 04241-8048796.



DIE MEDITATIVE HEILKUNST



„Blockaden werden

- sanft
- sofort
- durch Zulassen in Meditation aufgelöst.“

Antje Kleinschmidt
Zertifizierte SNR-Heilerin

Termine nur telefonisch:
0 176 - 24 01 92 58
persl. erreichbar montags,
14:00 - 18:00 Uhr
www.satnamrasayan.de

• NEU IN BREMEN •

Anzeige



Meditationskursleiter Ausbildung

Start: 02./03. Mai 2015
5 Wochenenden in Bremen

Yoga Anfängerkurs

Dienstag 12. Mai 2015
09:30-11:00 Uhr

Yoga Aufbaukurs

Montag 13. April 2015
20:00-21:30 Uhr

Sigrid Küttner

Yogalehrerin und Heilpraktikerin
Yoga Vidya Zentrum Bremen

Bahnhofstraße 3/4
28195 Bremen,
Tel. 0421 - 2239472
email: sigridkuettner@gmail.com
www.yoga-vidya.de/bremen



Anzeige

2 Wohnungen zu vermieten auf dem Siebenmeyerhof in Magelsen, heute Gesundheitszentrum (Praxis und Seminarbetrieb) www.roemer-therapie.de Geschäftsbetrieb www.roemer-fengshui.de und Hofgemeinschaft:

Whg.1: 3 Zimmer, gr. Wohnküche/Bad; 112qm; ab 01.06.15
Whg.2: 1 ½ Zimmer/Kü/B; 55qm; ab sofort.

Gerne an freundliche, achtsame Menschen mit Liebe zur Natur und Freude an Garten- und Geländegestaltung. Die Wohnungen sind im Haupthaus in der ersten Etage und können auch gemeinsam gemietet werden. Der Hof mit einigen Nebengebäuden ist umgeben von Wald und Wiesen, liegt im Dorf Magelsen (12 km nach Verden/Aller, 8 km nach Hoya, 40 km nach Bremen).

Kontakt:

Nora und Klaus Römer
 Tel. 04256-580
nora@roemer-therapie.de
klaus@roemer-therapie.de

Systemische Begleitung

Systemische Naturtherapie: Systemische Begleitung in und mit der Natur. Rituelle Gestaltung, Retreats, Wandlungsprozesse. www.systemische-naturtherapie.de

Tantra

Monika Entmayr & Reiner Kaminski, Tantra für Paare: Workshops, Jahresgruppe, Frauengruppen, Paarberatung. Telefon: 04487-9204277, www.paar-tantra.de

Einladung zur Sinnlichkeit, einfühlsame Tantralehrerin, Jutta Kischkat-Camara: Tantra-Massage-Kurse, Tantra-Frauengruppe, Tantra-Massagen, Tantra-Gruppen für geistig und seelisch behinderte Menschen. www.jukica.de, Tel. 0170 301 2962

Tanz

Come Dance And Be - Tanzmeditation nach Gabrielle Roth in HB und OL. Info: Silke Amritha Schreiner, Telefon: 0421-98503731 und Mail: 5-rhythmen-bremen@gmx.de

Institut HKIT: Elke Wagner: Tel: 05198-9811104 und www.heilende-kraefte-im-tanz.de

Katrin Sack, Tanz- und Rhythmuspädagogin, Körperpsychotherapeutin (HPG), Saalfelder Str. 28, 28215 Bremen, Tel. 0421-3498912, Mail: sack@t-online.de, www.katrin-sack.de

5 Rhythmen Tanzmeditation nach Gabriele Roth. Offene Abende mit Silke A. Schreiner, Bremen. Tel: 0421-98503731, Mail: 5-rhythmen-bremen@gmx.de

Tanz & Stille - Tanz, Meditation, und Energiearbeit- Offene Jahresgruppe und 14-tägige Gruppe (für Frauen), www.katrin-sack.de

The Work

Seminare zum Kennenlernen und Vertiefen von The Work. Info: Karin Weyler, Tel. 015139-893925, www.berufe-hannover.de

Trauma

Trauma-Therapie: Ich unterstütze Sie bei der Lösung der traumatischen Erfahrungen durch den Einsatz von systemischer Psychotherapie, EFT und PITT ®, Christel Preuß, Heilpraktikerin, beschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie, Tel.: 0172-2743182, www.christelpreuss.de

Vegan

Veggiemaid, Lebensmittelgeschäft mit rein veganem Vollsortiment, Stefanie Coors, Gartenstraße 15, 26122 Oldenburg, Tel. 0441/68312179, E-Mail: info@veggiemaid.de, www.veggiemaid.de



Heilpraktikerschule
www.eos-institut.de

Veränderungen

Wechsel, Wandel, Wunder: Astrologische telefonische Beratung zur aktuellen Lebenssituation. Ulla Janascheck, Tel. 06147 / 9357198, www.ulla-janascheck.de

Yoga

Anand Nivas, Dr. Anand Martina Seitz, Goethestr. 25 (Steintor), Tel. 04242 - 597169, www.AnandNivas.de.

Yoga-Lehrer/innen-Kompaktseminar. Info: Yogameister Nepal Lodh: Tel. 0421-239399.

Hatha-Yoga für Anfänger, keine Vertragsbindung. Melanie Buschmeyer, zertifizierte Hatha-Yogalehrerin, www.mondstein-klang-und-yoga.de, E-Mail: yoga-buschmeyer@gmx.de, Tel: 0421-87840498

Yogameister Nepal Lodh bildet aus: Yoga-Übungsleiter/innen, -lehrer / innen, Kinderyoga-Kursleiter/innen, Lachyoga-Kursleiter/innen, Info: 0421-239399, www.nepal-lodh.de

Wellness

Wellness & Gesundheit: Vorsorge - Regeneration - Erhaltung. Dorn-Breuss, Kinesiologie, Facial Harmony, TCM (Traditionelle Chinesische Medizin), Workshops rund um die Erhaltung der Gesundheit. C.- Andrea Lippert, Entspannungstherapeutin, Dozentin, Zhineng Qigong Master, 23795 Bad Segeberg, An der Trave 158, Tel: 04551 / 99 308 95 und in: 27798 Hude, Breslauer Str. 36, (Zweitpraxis) Tel: 04408 / 98 23 70, Mail: info@wellnessundgesundheit.com

Nächste Ausgabe: Juni/Juli 2015

Redaktionsschluss: 30. April 2015 • Anzeigenschluss: 7. Mai 2015

Email: anzeigen@kgsbremen.de und Tel: 0 44 08 - 80 91 92 0

www.kgsbremen.de

Anzeige

Unter den „Kleinanzeigen“ stehen Ihnen **REGELMÄßIGE RUBRIKEN** zur Auswahl. Hier sind Informationen inklusive Terminankündigung möglich. Folgende Rubriken stehen Ihnen in dieser Rubrik zur Verfügung: • Workshops/Seminare • Ausbildung • Therapie • Vermietung / Räume • Jobs • Reisen • An- & Verkauf • Kontakte • Dies und Das. Pro Einheit: 3,- € (1 Einheit = 30 Zeichen). Mindestpreis: 12,- €. Nächster Anzeigenschluss für die Juni/Juli 2015 - Ausgabe ist der 7. Mai 2015. Kleinanzeigen sind auf unseren Online-Formularen direkt über unsere Homepage buchbar: www.kgsbremen.de

Workshops / Seminare

Qigong-Kurse mit Lüer Mehrstens - April - Juni 2015: jeweils donnerstags: Qigong am Morgen 9:00 – 10:30 Uhr; Qigong am Nachmittag 16:45 – 17:45 Uhr; Qigong am Abend 18:00 – 19:30 Uhr; wudang-Zentrum, Tel: 0421-702427; mehr@wudang-bremen.de, www.wudang-bremen.de

Schwitzhütten-Wochenende nahe Bremen, kraftvolles Reinigungsritual für Körper, Geist & Seele, Infos & Termine: Adriana Schweiger, HP, Tel. 0421-7081872, www.adriana-schweiger.de

Gesundheits- und Stressmanagement für Bildschirmarbeit: Neue Kurse ab 5.5.15. Kostenlose Infoveranstaltung am 14.4., 19.00 Uhr. Praxis für Stressprävention & Energiearbeit. www.ilona-herbrig.com

Human Design Seminare Steyerberg, Andree Schinke & Heidi Winkler: 17.-19. April: Zwischenmenschliche Begegnungen, Tel: 0176/78263605, www.lebensgarten.de

Wölfe beobachten "kochen am Lagerfeuer, Mantrien singen - Geschichten erzählen - schlafen in Tipis - Naturerfahrung mit allen Sinnen! 18. bis 19.04.2015, Wildnis- und Naturcoaching-Wochenende im Wolfcenter Dörverden mit Iris Urbschat - Biologin, Wildnispädagogin, Naturcoach. Flyer + weitere Termine: Email irisurbschat@gmx.de

Eine Reise zu sich selbst durch intuitives Malen & Gestalten! Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten entwickeln *sich mit Zuversicht begegnen *eigene Ressourcen erkennen und nutzen. Sonntags 13-14.30 h in Kleingruppe! Nur mit Voranmeldung! Einzelsitzung möglich! Weitere Details unter: www.innere-mitte.info

Für Frauen: Weibliches Begehren. Tantra. Bildungsurlaub Stressregulation. Bogenschießen, Qigong der Frauen. Tanz. Sommerzeit. Heilkräft der Farben. www.altenbueecken.de, 04251-7899

"Meditation und Schreiben" in Wörpsweide - Atem- und Wortmeditationen als Impulsgeber für Kreatives Schreiben *www.kreativesonne.de*

Übertragung von Heilenergien in der Gruppe mit LunaHim, www.heilerin-in-bremen.de, Tel. 25 53 50

Tara-Process/Chakra-Reise mit Maya Niemann, Dipl. Kunsttherapeutin, Raum für Körperwahrnehmung Fr. 9.30-11.30 h, 7 Termine ab 17.4.2015, Tel: 0421-17668717

Einführungsseminar - Gewaltfreie Kommunikation 04.-06.09. und GFK-Ausbildung ab Okt. 15 in Bremen mit Anja Kenzler, Trainerin CNVC. Info: a.k.demie für Mediation und Training, Telefon: 0421/5578899, www.a-k-demie.de

Yoga und Tanz Workshop vom 12.-14. Juni im Lebensgarten Steyerberg! Infos unter www.yoga-und-tanzjimdo.com

Naturtherapeutische Wanderungen in der Wümmeniederung. Im Freien unterwegs, sich selbst auf der Spur: 24.-26.April, Pfingsten, 26.-28. Juni. www.im-weiten-unterwegs.de, Tel. 04261-1657

Dein Lebensbaum in Bewegung. Verwurzelt fliegen-Wirbelnd ruhen im Stamm-Leuchtend krönen, ein Kurs über 10x di.18-19.30h, www.barbarabaum.de, Tel. 0421-16105619

Naturerfahrung bei den Wölfen! Wildnis- und Naturcoaching-Wochenende (Sa/So) im Wolfcenter Dörverden mit Iris Urbschat - Biologin, Wildnispädagogin, Naturcoach. Flyer + Termine: Email irisurbschat@gmx.de

Ausbildung

Achtsamkeitsmeditation - neuer Kurs ab Mai (14-tägig) Schnupperabend am 29.04! Info & Anmeldung unter: meditation@morgen-tau.com oder 0421-3094979

Ausbildung Mediation in der Arbeitswelt und im sozialen Umfeld. Einstieg Anfang Mai 2015 noch möglich. Info: a.k.demie für Mediation und Training, Tel. 0421/5578899, www.a-k-demie.de.

Neue Ausbildungskurse der Astrologie-Schule Bremen: Horoskope richtig deuten, Beginn: Di. 5.5.2015, 19:00 Uhr. Psychologische Astrologie, Beginn: Do. 14.5.2015, 19:00 Uhr. Info und Anmeldung Tel. 0421-72929

Heilende-Kräfte-im-Tanz. Ausbildung zur Tanzpädagogin HKIT in der Tanzheimat Inzmühlen Beginn: 20. - 25. Mai 2015. Infos: 05198-9811104, www.heilende-kräfte-im-tanz.de

Mediale Heilerausbildung mit LunaHim beginnt im Frühjahr, www.heilerin-in-bremen.de, Tel. 25 53 50

Craniosacrale Therapie: Zertifizierte Fachausbildung Nov. 2015-Feb. 2018, Einf.seminar 30.-31.5.15. Fortbildungsangebote unter www.cranioschule-bremen.de

Lachyoga-Trainer-Ausbildung am 20./21.6. und 27./28.6.2015. Info Nepal Lodh, Tel. 0421-239399 www.nepal-lodh.de

Stark Institut für Systemisch Integrative Therapie. Der nächste Ausbildungszyklus in systemischer Aufstellungsarbeit (Familienstellen) beginnt am 9. Sept. 2015. www.starkinstitute.com

Ausbildung - Gewaltfreie Kommunikation ab Oktober 2015 in Bremen mit Anja Kenzler, Trainerin CNVC. Info: a.k.demie für Mediation und Training, Telefon: 0421/5578899, www.a-k-demie.de

Therapie

Tiefenpsych. Gesprächstherapie, Reinkarnations- und Erfahrungsth., Sibylle Schäuble, Tel. 0421/4379623, www.sibylle-schauble.de

Urlaub / Reisen

Ferien in Tossens – ganzjährig geöffnet. Ferienwohnungen 300 m hinterm Deich. Tel. 0173 – 395 45 94 www.windweitewattenmeer.de

Reiki auf Rügen: Schweigendwanderung; Baummeditation, Kraftplätze, Mythos, Weitere Infos: I. Schmidt, Bremen, Tel. 0421-3887176

Reiseberaterin & Organisation für Wellness- Urlaubs- Seminar- & Ayurvedagruppenreisen. Tel. 040-88932714 und www.coachreisen.de

An- und Verkauf

Sehr gut eingeführte Physiotherapie mit großem Patientenstamm -Kasse u. Privat in Bremen zu verkaufen. Tel. 0421/513917

Vermietung / Räume/ Wohnen

Seminar- und Ferienhaus Adelheidshof, 45km von HB; absolut ruhig, grosser Garten, www.adelheidshof.de Tel. 04256 573

Wunderschöner Kurs- und Veranstaltungsräum für Feste & einzelne Termine zu vermieten. Schwingboden, Musikanlage, Matten, Kissen, Stühle, Tische u.v.m. 250m² säulenfrei, teilbar 150/100: Der Rote Salon am Speicher XI, Überseestadt; www.roter-salon-bremen.de, Tel. 0421-69219632

Wohnprojekt auf Hofanlage bei Lübeck. Offenstall-Pferdehaltung, Natur, Ostseenähe, Gemeinschaft: wir freuen uns über Kaufinteressierte für Wohnungen verschiedener Größen. www.dreiseithof-palangen.de

40m2 Raum im Steintor zu vermieten. Geeignet für Arbeits-, Gesprächs- und Unterrichtgruppen. Abends ab 18 Uhr und an Wochenenden. Tel. 0174-7963268 paukeim@yahoo.de

Dies und Das

Lachen: jeden Samstag die besondere Gelegenheit für LachliebhaberInnen. Im Viertel. Roman A., Telefon: 0421-3780464

Lachyoga: HB-Mitte Do 17-18 Uhr; Krebsbetr. Frauen Do 15-16 Uhr; HB-Neustadt Dienst. 18.30-19.30 Uhr, Info: Telefon 0421/69644307 und www.lachschule-bremen.de

Impressum

Das KGS Bremen – Körper, Geist und Seele Magazin ist ein zweimonatlich erscheinendes Medium mit Themen und Terminen zur Förderung von Gesundheit und ganzheitlicher Kultur. Das KGS Bremen ist frei erhältlich und wird mit einer Auflage von 8000 Exemplaren im Raum Bremen, Oldenburg und Umland verteilt und ausgelegt.

KGS Bremen

Körper, Geist und Seele Magazin

Tel. 0 44 08 - 80 91 92 0

www.kgsbremen.de

Postadresse:

Von-Witzleben-Allee 1 c

27798 Hude

Herausgeberin

Ruth Haselwander

ruth.haselwander@kgsbremen.de

Von-Witzleben-Allee 1 c

27798 Hude

Redaktion

Ruth Haselwander

redaktion@kgsbremen.de

Freie Mitarbeiterin: Ingrid Antons

Anzeigen / Kleinanzeigen

anzeigen@kgsbremen.de

kleinanzeigen@kgsbremen.de

Tel. 0 44 08 - 80 91 92 0

Druck

Humburg Media Group, Bremen

Alle Rechte sind vorbehalten. Im Sinne des Copyrights sind Weiterverwendung und Vervielfältigung der Texte und Fotos untersagt.

Nachdruck der Inhalte dieser Ausgabe – auch Auszüge davon – nur mit der schriftlichen Genehmigung der Herausgeberin. Anzeigen sind als solche gekennzeichnet und geben nicht die Meinung der Redaktion wieder noch ist diese für deren Inhalte verantwortlich. Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Bilder wird keine Haftung übernommen.

Unsere aktuellen Mediadata finden Sie auf www.kgsbremen.de



Nächste Ausgabe: Juni/Juli 2015

Redaktionsschluss: 30. April 2015

Anzeigenschluss: 7. Mai 2015

Email: anzeigen@kgsbremen.de • Tel: 0 44 08 - 80 91 92 0

www.kgsbremen.de



DIE MESSE FÜR PRÄVENTION UND GESUNDHEIT



mylife

8.-10. MAI 2015 MESSE BREMEN

Freuen Sie sich auf ein umfangreiches Vortragsprogramm und viele Mitmach-Aktionen zu den Themen Prävention, Entspannung, Bewegung sowie einer guten Lebensqualität trotz chronischer Erkrankungen. Unser Schwerpunktthema in diesem Jahr sind die Herz-Kreislaufkrankungen.

Auszüge aus dem Vortragsprogramm*

Freitag, 8. Mai

14.30 - 15.00 Uhr

»Antibiotika – oft zu viel
und oft die Falschen«

Prof. Dr. Glaeseke

16.00 - 16.45 Uhr

»Der Herzinfarkt –
akut behandeln, gut
nachsorgen«

Expertengespräch

16.30 - 17.00 Uhr

»Bewegung im Alltag –
Fit in den Sommer«

Dr. Brandes

Samstag, 9. Mai

11.00 - 11.45 Uhr

»Nach Burn kommt Out!«
Expertengespräch

11.30 - 12.00 Uhr

»Klug impfen«
Gesundheitsamt Bremen

16.30 - 17.00 Uhr

»Frauenherzen
schlagen anders!«

Dr. Manju Guha

Sonntag, 10. Mai

12.30 - 13.00 Uhr

»Rückenschmerzen –
was wirklich hilft«

Sabine Tischer

16.00 - 16.45

»Männergesundheit«
Expertengespräch

17.00 - 17.30 Uhr

»Lachen ist die beste
Medizin – Lachyoga«

Nepal Lodh

Das vollständige Vortragsprogramm
finden Sie unter www.mylife-messe.de.

* Änderungen vorbehalten.

Veranstalter:

 **MESSE
BREMEN**

DIE MESSE FÜR PRÄVENTION UND GESUNDHEIT

mylife

**8.-10. MAI 2015
MESSE BREMEN**

Sonderthema
**HAND
AUF'S HERZ!**

Herzkrankheiten
Übergewicht
Schlaganfall

www.mylife-messe.de

Veranstalter:

