

INFOBLATT

bio-erzgebirge

Februar 2009



Spruch des Monats

**Gib jeden Tag die Chance,
der Schönste deines
Lebens zu werden.**

Mark Twain

BIO-AKTUELLES

Was gibt es Neues im Bio-Bereich, aktuelle Ereignisse, Neueröffnungen? Wir freuen uns auf deine Tipps! Also Augen und Ohren auf, und Infos senden an: info@bio-erzgebirge.de oder 037756-80696

Zuwachs im Bio-Erzgebirge
NEU:

BI^o-logisch!

Der Bioladen in Beierfeld
Lebensmittel / Obst u. Gemüse /
Wasser / Salze / Babynahrung /
Schafwollprodukte / Wein /
Getreide /
Bio-Vollkornbrot

**unser Motto:
Bio für jeden Tag!**

Ulf Austel
August-Bebel-Str. 134 in Beierfeld
(ehemals Möbel-Hilbert)
Mo-Fr 9-18 Uhr / Sa 9-12 Uhr
Tel. 03774/762255



Angebot des Monats
im **Bioladen Schwarzenberg/Erla**



**Ausverkauf!
Heilsteine**

Alles zum halben Preis!

Hallo Freunde der Biokost,
wie Ihr wisst, habe ich durch 2-malige Belieferung
das volle Bio-Sortiment u.a. auch bei Obst und
Gemüse. Hier bekommt Ihr von Mo bis Fr immer
reichlich Frischkost.

Nutzt dieses Angebot und deckt
Euren Vitamin-Bedarf besonders
im Winter. Neben Traditionellem
findet Ihr jetzt öfters mal auch
Exotisches, wie zum Beispiel
Pitahaja, Flug-Papaya frisch
geerntet und Rambutan.

Frischköstliche Grüße von Gertraud Drechsel
www.bioladen-schwarzenberg.de

VORGESTELLT: Julia Gruner & Birgit Lang Bioresonanztherapie, Touch for Health, Klinische Hypnose



Wir freuen uns, in diesem Monat auf uns aufmerksam machen zu können!
Mein Name ist Julia Gruner, ich bin Heilpraktikerin, 27 Jahre jung und seit
Oktober 2008 in eigener Praxis in Raschau tätig. Meine Mutter Birgit Lang, 58 Jahre jung, ist gelernte
Physiotherapeutin, schon seit 15 Jahren erfolgreich als Bioresonanztherapeutin tätig und arbeitet ebenfalls in
Raschau.

Solange ich denken kann, interessiere ich mich für alternative Heilmethoden und habe mich deshalb auf die
Bioresonanztherapie, die Klinische Hypnose sowie Touch for Health spezialisiert, ergänzt durch Bachblüten,
Schüssler-Salze sowie Homöopathie.

Als Testverfahren nutzen wir den kinesiologischen Muskeltest und den Biotensor, um für jeden Patienten das
optimale Therapieverfahren herauszufinden. Meine Mutter arbeitet ebenfalls mit der Klinischen Hypnose und
zusätzlich mit dem Aura-Ausgleich und der Chakren-Therapie.

In einem kostenfreien Infogespräch bieten wir die Möglichkeit, die Therapieverfahren zu erläutern und den
Muskeltest kennen zu lernen sowie Fragen zu beantworten.

Jede Krankheit ist ein Zeichen des Körpers und der Seele, dass etwas verändert werden muss. Wir helfen gern, ihr
Gleichgewicht wiederherzustellen.

Vielen Dank an Ann für die Möglichkeit der Vorstellung und ihr Engagement.

Naturheilpraxis Julia Gruner
Str. d. Friedens 4a
08352 Raschau
(im Gebäude der ABS Täubner GmbH)

Tel.: 03774/ 869867
Fax: 03774/ 869886
E-Mail: gruner.julia@gmx.de

Astro-Tipps Februar Besondere Konstellation 07.02.-14.02.09

Die Sonne im Wassermann läuft auf Neptun zu, am
09.02. ist Vollmond im Löwe, welcher Sonne und
Neptun gegenübersteht. Dies ist eine Phase, welche
die Traumtätigkeit stark anregt bis hin zu Tag-
träumen und somit vorteilhaft für künstlerische
Leistungen. In diesen Tagen auf Kreislauf und
Lebenskraft besonders achten, geschäftlich
reserviert bleiben, und alles genau durchdenken.
Der Täuschungsfaktor ist groß.

Eine gute Zeit wünscht Brigitte
Tel. 03774 24451



Film-Tipp des Monats Unterwegs in die nächste Dimension von Clemens Kuby



In diesem Film über geistiges Heilen können wir
die faszinierende Welt der Schamanen, Heiler und Alchimisten rund um
den Globus erleben. Doch haben sie wirklich besondere Fähigkeiten?
Was ist real? Was ist Magie? Wir reisen um die Welt und entdecken
Phänomene, die uns normalerweise verborgen bleiben und erleben
außergewöhnliche Heilmethoden und Traditionen in Peru, Russland, den
Philippinen, Nepal, Burma und Korea. Wir begegnen unfassbaren
Kräften und Möglichkeiten, dabei verknüpft Kuby das Unerklärliche mit
den neuesten Erkenntnissen der Hirnforschung und bleibt durchweg
wohltuend neutral und humorvoll.

Ina Klinger

Rezept des Monats Vegetarische Hackebällchen



Zutaten für ca. 20 St. Zubereitung:
 500g Möhren Die Möhren und
 1-2 Zwiebeln Zwiebeln sehr fein reiben oder in der
 100g Schafskäse Küchenmaschine zerkleinern. Den
 3 El Vollkornmehl Schafskäse zerkrümeln. Alle Zutaten zu
 2 Eier Salz, Pfeffer, einer breiigen Masse vermischen evtl.
 Gewürze nach Belieben noch etwas Mehl zufügen. Kleine
 Bällchen formen und auf einem
 gefetteten Backblech oder in der Pfanne
 braten. Backofen: 20-25 min, 180 C
 Schmecken auch kalt ganz lecker.....

Guten Appetit wünscht
Sandra Müller!

Heilpflanze des Monats Goldrute



Goldrute wächst an Waldrändern, Wassergräben oder Böschungen. Die Pflanze erreicht eine Höhe von ca. 80 cm und ist schon von weiten an ihren buschigen, mit goldenen Blütensternen besetzten Stängeln zu erkennen.

Viele Menschen leiden gerade im Winter unter Blasen- oder Nierenerkrankungen. Hier kann die Goldrute ihre Heilwirkung voll entfalten. Eine Kur mit Goldruten-Tee bringt Erleichterung bei Nieren- und Blasenentzündungen, Nierengries und -steinen bzw. Nierenschwumpfung.

Wegen ihrer ausschwemmenden Wirkung wird die Goldrute aber auch gern zur Blutreinigung bei rheumatischen Beschwerden, Hautkrankheiten und Leberleiden eingesetzt.

Äußerlich können die Blätter bei schlecht heilenden Wunden, alten Geschwüren und bei Insektenstichen aufgelegt werden.

Auch wer häufig unter Angstzuständen leidet oder einen seelischen Schock erlitten hat, sollte eine Goldruten-Kur durchführen.

Tee bei Blasen- und Nierenleiden
 1-2 gehäufte Teelöffel Goldrutenkraut auf ¼ l Wasser, abbrühen und nur kurz ziehen lassen. Über den Tag verteilt 3 Tassen schlückchenweise trinken.

Heilpraktikerin Birgit Münzner Johanngeorgenstadt
www.naturheilpraxis-muenzner.de und 03773-586786

Bio- Reisetipp Bio-Qualität endlich im Urlaub



Wer zu Hause biologisch, bewusst und nachhaltig lebt, kann das endlich auch ganz einfach im Urlaub tun. Demeter-Reisen bietet ausgewählte Wanderreisen, die einen besonders intensiven Austausch mit Land, Leuten und Kultur ermöglichen.

www.demeter-reisen.de

Bewusst SEIN Herzensqualität

- MUT -



Mut, den Visionen, Träumen und Idealen zu folgen und sich dabei von nichts und niemanden mehr abhalten zu lassen. Träume, die in Wahrheit, Liebe und Freude verwirklicht werden, sind Ausdruck der Sehnsucht nach Vollkommenheit und erfüllen unser SEIN und Tun mit Sinn, Begeisterung und Leidenschaft. Wer seinen tiefsten Träumen folgt und somit nach dem Höchsten strebt, um sein Licht leuchten zu lassen braucht MUT. Mut, über den inneren und äußeren Zweifeln und Ängsten zu stehen. Die heutige Welt schreit nach bewussten, selbstbekennenden - mutigen Menschen. Denn nur durch sie, kann unsere Welt verbessert werden. Affirmation:

**Ich folge meiner höchsten Vision.
Ich verwirkliche meine Träume.**

Auszüge aus „Herzensqualitäten“ von Christina Kessler

Erkenne dich SELBST und deine Weiblichkeit – und stehe mutig zu dir SELBST

seminar ‚Frau SEIN‘

ein Wochenende in STILLE und NATUR
zum auftanken und zur Ruhe kommen
Henneberg - Johanngeorgenstadt

Termine 27.-29.3. / 12.-14.6. / 4.-6.9.2009

Infos und Anmeldung
Ann König – Lebensschule **ANNerCHI**
www.annerchi.de oder 037756-80696

Regelmäßige Veranstaltungen

Jeden 1. Dienstag (3.2.) im Monat 18.00 Uhr
Bio-Treff mit interessanten Vorträgen
 im Bioladen Schwarzenberg / Erla

Jeden 1. Freitag (6.2.) im Monat
Barfuß Tanz im Yoga-Zentrum SZB

Jeden 1. Samstag (7.2.) im Monat 16.00 Uhr
Familienaufstellen im Yoga-Zentrum SZB

NEU: Jeden 2. Dienstag (10.2.) 19.00 Uhr
Treffpunkt „Bewusstes Leben“
 Physiotherapie Klinger Schneeberg

Jeden 2. Mittwoch (11.2.) im Monat 9.00 Uhr
Frauen-Stammtisch in der Werkstatt-Küche
 Yoga-Zentrum SZB

Jeden 3. Montag (16.2.) im Monat ab 20.00 Uhr
Spirituelle Stammtisch im Café Piano SZB

Jeden 3. Freitag (20.2.) im Monat 19.30 Uhr
Satsang im Yoga-Zentrum SZB

Veranstaltungstipps im Februar

| Datum | zeit | veranstaltung | ort |
|--------------------------|----------------|--|--|
| Di, 03.02. | 18:00 | Bio-Treff Vortrag „Zeit der Veränderung – Neues Bewusstsein, mehr Gesundheit u. Glück“ mit Ann König aus Breitenbrunn – Infos 037756-80696, www.annerchi.de , 3,00 € (6 Erzregio) | Bioladen SZB / Erla |
| Di, 10.02. Fr, 27.02. | 19:00 19:00 | Treffpunkt „Bewusstes Leben“ Thema „Japanisches Heilströmen“ (5,- € p.P.) workshop ILAHINUR II mit Ann König (15,- € p.P.) mit Ina Klinger, Infos und Anmeldung: 03772-3729056, www.lebensfreude-ina-klinger.de | Physiotherapie Ina Klinger, Bergmannsgasse 1, Schneeberg |
| Di, 03.03. | 18:30 | Bio-Treff Vortrag „Prana-Heilung“ mit Grit Mustroph, Tel: 037756-1516, www.pranahheilung-dresden.de | Bioladen SZB / Erla |