



INFOBLATT

Ausgabe bio-ostsee · Juli bis September 2016

Gratis zum Mitnehmen

MiteinanderSein – Netzwerk für Gesundheit, Bewusstsein und Nachhaltigkeit

Entscheidung im Hier und Jetzt

Was ist wirkliche Freiheit?

Seite 5

Gesunde Ernährung

Ayurvedische Spinatsuppe

Seite 3

Neu ab 2016 in Boltenhagen

Meditatives Ausdrucksmalen

Rückseite

Netzwerktreffen

14.07. Lübeck

08.09. Satow

07.10. Schwerin

04.11. Schwerin

Infos Seite 2



www.bio-ostsee.de

Titelmotiv von Michael Weise

Rückblick erste Jahreshälfte 2016

Die Netzwerktreffen und unser elnam-Erlebnistag

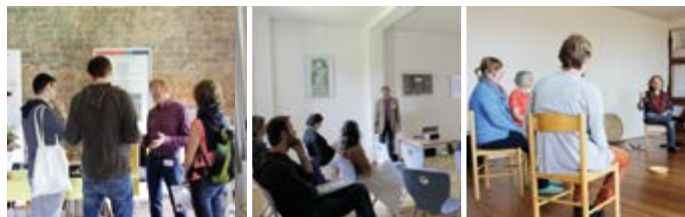
von Mona Gärtner

Die letzten Netzwerktreffen in den vergangenen Monaten erlebte ich in einem tiefen Miteinander. Das Treffen bei **Dörthe Andres im März in ihrem Elfenhotel** mit dem vielseitigen Angebot von Workshops, Vorträgen, Kräuterwanderungen, Jahreskreisfesten usw. war sehr offen, vielfältig und vertraut. Die Magie des Ortes und die Energien der Naturwesen waren überall, in jedem kleinen Detail, zu spüren. Die herzliche Anwesenheit und der rege Austausch der 13 Netzwerkiteressierten machte uns hungrig und wir probierten von der schmackhaften veganen Küche. Um einen tieferen Einblick in die Arbeit von Dörthe zu bekommen, durften wir das Hotel bei einer Führung kennenlernen.

Das Miteinander setzte sich im April bei **Anita-Kerstin Mecklenburg in ihrer Märchenpension in Börgerende** fort. Aus persönlichen Gründen war meine Anwesenheit zu diesem Zeitpunkt leider nicht möglich. Ein großes DANKESCHÖN an Anita-Kerstin für das Entgegenkommen, das Netzwerktreffen trotz alledem durchzuführen. Auch dieser Abend war voller Fülle für jeden. Die Magie im Augenblick spüren, den Urlaub wie im Märchen genießen, den Kräutergarten mit all seiner Vielfalt entdecken, in wenigen Minuten die Ostsee zu Fuß erreichen und die Pracht und Schönheit des Ortes wahrnehmen und fühlen – willkommen in der Mächenpension.

Eine Abrundung des Miteinanders erlebten wir beim Netzwerktreffen in einer kleinen Runde bei **Ingrid Hoffmann in Friedrichsruhe** im wunderschönen Monat Mai. Die ersten warmen Sonnenstrahlen am Abend konnten wir bei Leckereien im Garten gemütlich genießen. Wir lauschten den Stimmen der Natur – dem Wind, den lieblichen Liedern der Vögel und dem Ruf eines Rotmilans. Einen Rundgang durch die Räume für die Workshops wie das Lachyoga rundete den Abend ab. Diese Entspannung und Ruhe aus diesem Netzwerktreffen nahm ich als Impuls für unseren stattfindenden elnam-Erlebnistag in der Folgeweche mit. Ein großes Dankeschön an Alle.

Aus einer Vision wurde Wirklichkeit: Der elnam – Erlebnistag



So wie der Frühling sich in voller Pracht zeigte, so hat sich am 28.05.16 bei wunderbarem Sonnenschein unser erster gemeinsam kreierte elnam-Erlebnistag mit viel Kraft und Stärke etabliert. Teilnehmende Netzwerkpartner und Freunde zeigten und präsentierten sich im Kornhaus in Bad Doberan. Die Eröffnung des Tages erfolgte in einem Kreis offener Herzen und fließender Liebe. Das Angebot der Vorträge und Workshops wurde mit hohem Interesse nicht nur von den Besuchern angenommen, auch die Anbieter tauschten sich rege aus. Interessante weiterführende Gespräche fanden an den Infoständen statt. Neue Kontakte wurden geknüpft. Um sich zu stärken, wurde ein schmackhaftes Buffet von den Mitwirkenden vor Ort gezaubert. Ein großes DANKESCHÖN für jede Unterstützung an die Doberaner, insbesondere unseren Kooperationspartner, den Artemisia Natur- und Kräuterverein e.V.i.G. und an allen weiteren Beteiligten.

Einige Eindrücke vom Tag bei den Beteiligten:

„Der Tag war für mich super entspannend und informativ. Die Location sowie die Räumlichkeiten sowie das Konzept haben super gepasst. Der Tag wirkt immer noch angenehm in uns nach. Für die kurze Zeit der Werbung, kann sich das Ergebnis sehen lassen.“

„Der Tag ist gut gelungen und angekommen. Bei Euch bedanken wir uns ganz herzlich für die perfekte Planung und Durchführung unseres ersten „bio-ostsee“ Erlebnistages. Die Stimmung war super, der Service, besonders die vorbereiteten Speisen perfekt! Ihr habt alles so liebevoll vorbereitet- nochmals ein ganz herzliches Dankeschön. Der Tag ist etabliert und darf bekannter werden und weiter wachsen.“

Gern sende ich einen Impuls nach außen. Da die Ostseeregion ein sehr großes Gebiet ist und Netzwerkpartner aus Wismar, Schwerin, Rostock, Darß, Lübeck dabei sind und die Fühler von Interessierten sich auch aus anderen Regionen zeigen, kam die Idee, den elnam-Erlebnistag auch an anderen Orten durchzuführen. In der Region Rostock wurde der Grundstein gelegt nun wird sich zeigen, wo der Tag das nächste Mal stattfinden kann.

Ich danke allen für das Vertrauen und das Entgegenkommen und freue mich auf ein weiteres Miteinander.

Alles Liebe wünscht
Mona Gärtner



Das Netzwerk mit Herz

Mehr erfahren – Dabei sein?

Mitmachen im Netzwerk

Mit bewussten Menschen verbinden und weiterempfehlen. Angebote / Veranstaltungen finden und veröffentlichen z.B. im Infoblatt, der Webseite, im E-Mail-Rundbrief oder bei Netzwerktreffen / Messen.

Offene Netzwerktreffen

Wir treffen uns regelmäßig in Deiner Region zum persönlichen Kennenlernen und Austauschen. Komm einfach vorbei oder lade uns ein. Orte / Termine siehe nebenstehend.

Rundbrief per E-Mail – aktuell, zeitnah und gut informiert über alle Neuigkeiten im Netzwerk sowie aktuelle Veranstaltungen.

Infoblatt-Abo

Gibt es eine passende Auslagestelle in Deiner Nähe oder möchtest Du es direkt mit der Post nach Hause bekommen (Jahresabo ab 11 €)?

Netzwerkkoordination / Informationen:

Mona Gärtner · Boltenhagen
0157 – 38656040 · info@bio-ostsee.de

www.bio-ostsee.de

Nächste offene Netzwerktreffen

14.07.2016, 19:00 Uhr, Lübeck

bei Michael Bartsch, www.drachenkraft.de
Lämmerstieg 5, 23562 Lübeck

08.09.2016, 19:00 Uhr, Satow

Naturheilpraxis Dr. Jörg Köhn, Thema: Alpakas
Büdnerreihe 20a, 18239 Satow

07.10.2016, 19:00 Uhr, Schwerin

Open Mind Events, Franziska Reuß
August-Bebel-Straße 29, 19055 Schwerin · www.open-mind-events.de

Anmeldung:

Mona Gärtner, Tel. 0157 – 38656040, info@bio-ostsee.de

Der späte Sommer aus ayurvedischer Sicht

von Steffi Nolte

Am 22.06. wechselten wir in die Jahreszeit des späten Sommers, der bis 21.08. dauert. Dies ist die hitzeintensivste Zeit im Kreislauf der Jahreszeiten. Das Feuerprinzip ist sehr erhöht und trocknet Gewebe und Gefäße schnell aus. Dagegen ist die Verdauungskraft zu dieser Jahreszeit sehr schwach. Diese Konstellation führt bei vielen Menschen zu vermehrtem Schwitzen, Hautreizungen und Entzündungen. Auf der Ebene der Emotionen kann es zu Reizbarkeit und Aggression kommen, wenn die Hitze und die Trockenheit nicht mit kühlenden milden und ausgleichenden Maßnahmen besänftigt wird.

Halten Sie sich daher zu dieser Jahreszeit gerade zur Mittagszeit in kühlen Räumen auf und meiden Sie die direkte Sonneneinstrahlung. Trinken Sie kühles Wasser oder Mischgetränke aus Kokosmilch. Sehr kühlend wirkt Melone oder Gurke. Mixen Sie sich einen Smoothie aus Gurke und Melone und verfeinern Sie diesen

mit etwas Koriandergrün. Wenn möglich, dann sollten Sie unbedingt auf salzige, scharfe und saure Nahrungsmittel sowie gegrillte und frittierte Speisen verzichten. Diese erhöhen die Hitze und Trockenheit erheblich. Zur Kühlung sind besonders geeignet kühlende Kopfmassagen am Abend. Wählen Sie dafür ein kühlendes Kräuteröl, welches die Hitze und die Trockenheit ausgleicht. Dafür eignen sich die ayurvedischen Kräuteröle Kshirabala und Jatyadi. Bei zu starkem Hitzegefühl und Einschlafstörungen können Sie sich vor dem Schlafengehen die Fußsohlen mit Ghee massieren. Dies wirkt ausgleichend und kühlend und fördert einen gesunden Schlaf.

Steffi Nolte · Ganzheitliches Ayurveda- und Gesundheitszentrum, Limbach-Oberfrohna
Tel. 03722-592493
www.praxis-seelenharmonie.com

Ayurvedische Hilfe bei Sonnenbrand

Zutaten aus der Küchenapotheke:

- 1 TL Honig
- 1/4 TL Kurkuma
- 2 TL Ghee

Zubereitung: Alle Zutaten gut verrühren und vorsichtig auf die betroffene Stelle geben.

Die Salbe ist im Kühlschrank einige Zeit haltbar.

Kontakt: Julia Beutelschies, Parin Shaktimaa-Seminare,
Tel. 03881-7595662
www.shaktimaa.de



Vorgestellt

Titelblattfotograf Michael Weise

von Mona Gärtner

Unser Titelblattfotograf Michael Weise begleitet das Netzwerk von Beginn an. Mit seinen wunderbaren Fotos unterschiedlichster Art schmückte er schon oft unser Infoblatt (wie auch in dieser Ausgabe) und gab schon einigen unserer E-Mail-Rundbriefe das gewisse etwas.

Ebenso konnten wir uns in unserem Netzwerkblog schon öfters von seinen Fototouren inspirieren lassen. Eine spezielle Fotosession führte direkt in die Gutshaus Küche im Bio- und Gesundheitshotel Stellshagen, wo er als Koch arbeitet. Das vegetarische Buffet mit leckeren selbst kreierten Speisen zu bestücken und ab und zu fotografisch im Bild festzuhalten, ist eine weitere Gabe, die ihm ebenfalls viel Freude bereitet.

Aber dies ist noch nicht alles. Michael arbeitet weiterhin als Masseur – und das mit viel Herzblut: Wenn wir nach einer 90-minütigen inneren Reise tief entspannt ankommen möchten, kann eine Hawaiian Body Flow Massage ein Weg dorthin sein.

So eine Vielfalt hat nicht jeder. Und das Besondere ist, dass wir in jeder einzelnen Gabe viel Herz und Liebe wahrnehmen können.


Bei Interesse für Termine für eine Fotosession und Hawaiian Body Flow Massage bitte melden bei:

Michael Weise, Damshagen
Tel. 038825-26908



Ayurvedische Spinatsuppe

Rezept-Tipp von Julia Beutelschies



Da man häufig nicht nur Muskeln auf-, sondern gleichzeitig auch Übergewicht bzw. Fett abbauen möchte, lohnt sich der Spinatverzehr gleich mehrfach. Die Suppe eignet sich durch die kühlende Wirkung der Kokosmilch gut für den Sommer.

Zutaten:

- 1 Ltr. Wasser
- 100 g Spinatblätter
- 10 g Reismehl oder Dinkelmehl
- 5 g Zwiebeln
- 1 - 2 Knoblauchzehen
- 1 Tasse Kokosnussmilch
- 1 EL Ghee
- 1 MSP Piment
- Steinsalz
- Pfeffer

Zubereitung mit einem leistungsstarken Mixer:
Spinatblätter gründlich säubern. Zwiebeln und Knoblauch zerkleinern und in einem Topf mit Ghee anbraten. Danach Spinatblätter hinzugeben und solange dünsten bis die Blätter anfangen zu zerfallen. Anschliessend Mehl, Kokosnussmilch und Wasser dazugeben. Kurz umrühren und 10 Minuten kochen lassen. Mit einem Stabmixer pürieren und mit Salz, Piment und Pfeffer abschmecken. Warm servieren.

Michaels Salatvariationen

Kreiert nach Laune und Gefühl des Tages, genaue Angaben gibt es nicht, nur Hinweise des Inhaltes. Begebt Euch auf den Weg der Kreativität, lasst Euer Fantasie freien Lauf und probiert es mit einer eigenen Variante aus.

Guten Appetit wünscht Michael Weise.



Humus Creme mit Paprika; gewürzt mit Zitrone, Olivenöl, Sesamöl, Salz und Knoblauch.



Gebackene Süßkartoffelscheibe mit einer Creme aus Pastinaken, Reis und Cashewkernen.

Gut Saunstorf – Ort der Stille



Das in der Nähe von Wismar gelegene moderne Kloster ist ein einzigartiger Ort der Besinnung, Entfaltung und Heilung. Wer sich an diesem Ort aufhält kann den Geist dieses Hauses, der geprägt ist von Stille und Achtsamkeit, spüren. Er lädt Menschen ein, die eine Auszeit brauchen von der Hektik und dem Lärm des äußeren Lebens genauso wie solche, die sich Unterstützung wünsch-

en bei der Erforschung und Heilung belastender Lebensthemen als auch Menschen, die sich der Meditation und Sinnsuche widmen wollen. In unserem Spa Bereich dienen Floating-Tank, Sauna, Ayurveda-Behandlungen und Massagen der Regeneration und Tiefenentspannung. Für Menschen, die sich selbst tiefer erforschen möchten, bietet das moderne Kloster Gut Saunstorf – Ort der Stille innere Arbeit mit dem Enneagramm, Seminare oder den Aufenthalt in unseren Dunkelräumen an.

Einkehrtage z. B. verbunden mit intuitivem Malen und der Einführung in die Meditation, lassen Einsichten in das eigene Innerste von verschiedenen Seiten erscheinen. Wer sich von der Dunkelheit angezogen fühlt und sich dem damit verbundenen vollkommenen Entzug der äußeren Sinne vertraut machen möchte, ist zu dem Seminar „Begegnung in Dunkelheit“ eingeladen. Hier wird es eine erste Annäherung mit Anleitung geben. All dies ist durchdrungen und getragen von einer inneren Ausrichtung, die als Ziel hat, die Seele, das Innerste zu nähren und darin zu ruhen. Getragen wird der Ort von einer Gemeinschaft, die den Wunsch nach innerer Stille und Wahrheit in sich trägt. Diese Sehnsucht verbunden mit der täglichen Praxis in Form von Meditation und dem aktiven Betreiben Innerer Wissenschaft durch Innenschau bieten das Fundament für die ungestörte, meditative Innenkehr unserer Gäste. Spiritus Rector von Gut Saunstorf – Ort der Stille ist der spirituelle Meister OM C. Parkin.

Gut Saunstorf – Ort der Stille, Am Gutspark, 23996 Saunstorf
Tel. 038424–223060 · info@gut-saunstorf.de · www.gut-saunstorf.de

Natur, Gastlichkeit und alte Lehre Urlaub und Taijiquan an der Müritz

von Matthias Teeg



Sehr ruhig und ländlich, inmitten der wundervollen Landschaft Mecklenburgs nahe der Müritz, liegt das Gutshaus Solzow. Das im Familienbetrieb geführte Hotel und der dazu gehörenden Landschaftspark bilden einen herrlichen Rahmen, um Taijiquan zu erlernen. Seit Frühjahr 2016 finden hier Schnupper-, Intensiv- und Individualkurse statt.

Taijiquan vermittelt die Kunst, Körper und Geist im Einklang mit der Natur zu gebrauchen. Oberstes Ziel ist ein langes Leben in bester Gesundheit – oder „in ewiger Jugend“, wie es in den alten Schriften zu lesen ist. Es sind alte, zum Teil seit Jahrtausenden überlieferte Übungsabfolgen. Vom Geist geführte fließende Bewegungen, die in einem festgelegten Ablauf fortlaufend praktiziert werden, bilden die Grundübung der Körper- und Energiearbeit. Dafür hat sich die Bezeichnung „Form“ etabliert. Schritt für Schritt finden die Übenden zu innerer Ruhe, Ausgeglichenheit und Konzentration. Durch die natürliche Bewegung des Körpers wird die Beweglichkeit aller Gelenke geschult und die Feinmuskulatur gestärkt. Das vereinte Training von Körper und Geist formt den Gleichgewichtssinn, verbessert das Reaktionsvermögen und lehrt Achtsamkeit. Taijiquan ist ein sanfter Weg, obgleich eine seiner Wurzeln die Kampfkunst ist. Von daher ist es ein Weg der Selbstbehauptung, jedoch frei von Egoismus. Es ist ein Weg zu innerer Kraft, die als eine endlos erscheinende Energiequelle wahrgenommen wird. Aus ihr resultieren Selbstbewusstsein, Schlagfertigkeit und Ausdauer. Termine siehe www.taiji-mueritz.de

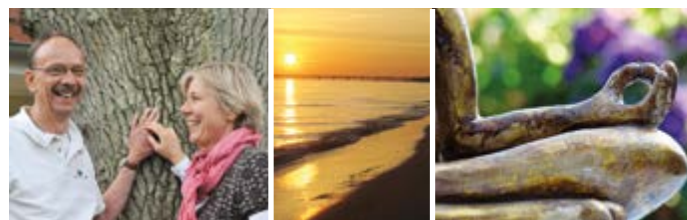


Taijiquan-Akademie Müritz
Tel. 039923–739967 · www.taiji-mueritz.de



27.12.2016 – 02.01.2017 GINKGO MARE Bio-Hotel Silvester Retreat an der Ostsee

mit Silke und Dirk Brüggemann



Nutzen Sie diese Auszeit, um das Jahr 2016 bewusst ausklingen zu lassen und achtsam das neue Jahr zu begrüßen. Es ist die Zeit der Raunächte, Tage, die ursprünglich genutzt wurden, sich aus dem Alltag zurückzuziehen, um das Alte zu verabschieden und Platz für das Neue zu finden. Wir begleiten Sie mit täglichen Meditationen und geben Ihnen Anregungen, wie Sie einen achtsamen Einblick in Ihr Leben nehmen können. Der Tag bietet genug Raum und Zeit für Austausch in der Gruppe, Einzelcoaching, Massagen und naturheilkundlichen Behandlungen, aber auch für Rückzug und Besinnung. Dieses Retreat leiten Dirk und Silke Brüggemann, Heilpraktiker der Psychotherapie und Naturheilkunde, beide mit langjährigen Erfahrungen u. a. in Persönlichkeitsentwicklung, Körperarbeit und Meditationen.

Leistungen im Urlaubsangebot:

- 6 ÜN mit Halbpension: Bio-Vital-Frühstück, vegetarisches Abendessen
- Sanfter Frühspport, Meditation, Tai-Chi, Qi-Gong und Yoga
- Workshops, Vorträge, Übungen zum Thema „Abschied“ & „Neubeginn“
- Wanderungen an der Ostsee und dem Darß-Wald
- Silvester-Ritual

Kosten pro Person: im DZ: € 905,00 | im EZ: € 965,00 |
im DZ zur Alleinnutzung: € 1.015,00

GINKGO MARE Bio-Hotel & GesundSein-Zentrum
Buchenstraße 41 a, 18375 Ostseebad Prerow
Tel. 038233–7013 · www.ginkgomare.de



Wir feiern unser Jubiläum! 20 Jahre Gutshaus Stellshagen

von Karen Schmidt

1925 erbaute Franz Bach Senior auf einem Hügel zwischen Damshagen und Klütz das Gutshaus Stellshagen für seinen Sohn, der dort in den 30er Jahren einen landwirtschaftlichen Betrieb führte. Nach dem Krieg wurde das Gutshaus als Schule und Internat genutzt und kehrte erst nach der Wende in den Besitz von Frau Lore Cordes und ihrer Tochter Gertrud, Enkelin von Franz Bach Junior, zurück. Nach umfangreichen Umbau- und Renovierungsarbeiten verwandelte sich das historische Gutshaus Stellshagen in ein „Bio- und Gesundheitshotel“ mit eigener Landwirtschaft und Seminarbetrieb. Am 01. Juli 1996 – vor 20 Jahren also – wurde das noch nicht ganz fertige Hotel eröffnet und empfing die ersten Gäste.



Unser Jubiläum möchten wir vom 01. bis 03. Juli gemeinsam mit vielen Partnern und Freunden aus der Region und natürlich mit unseren Gästen feiern. Höhepunkt unserer Festlichkeiten ist ein „Tag der offenen Tür“ mit buntem Erlebnismarkt am 02. Juli ab 10 Uhr rund ums Gutshaus Stellshagen. Verschiedene Stände zu den Themen Gesundheit, Kosmetik, Kunsthandwerk, Wellness und natürlich Bio-Produkte laden zum Ausprobieren, Stöbern und Entdecken ein. Auch das TAO Gesundheitszentrum öffnet am 02. Juli seine Türen und feiert 10-jähriges Jubiläum. Bei Vorträgen, Führungen, Mini-Behandlungen und einem abwechslungsreichen Programm zum Mitmachen können Besucher die vielfältigen Angebote des TAO näher kennenlernen. Mehr Informationen und ein ausführliches Programm finden Sie auf unserer Webseite.

Hotel Gutshaus Stellshagen
Lindenstr. 1, 23948 Stellshagen
www.gutshaus-stellshagen.de



Das Märchen vom Froschkönig Was ist wirkliche Freiheit?

von Dr. Matthias Voß

Im Märchen vom Froschkönig heißt es am Ende: "Der treue Heinrich hatte sich so betrübt, ... dass er drei eiserne Bande hatte um sein Herz legen lassen." Und letztlich meinte er aufgrund des lauten Getöses, dass die Kutsche brechen würde. Allerdings zeigte sich dann: "...es waren doch nur die Bande, die vom Herzen des treuen Heinrich absprangen..."



Die drei Bande; was ist damit gemeint? Es geht im Prinzip darum, sein Herz von den Schatten der Vergangenheit (körperlich, seelisch und geistig) zu befreien. Das Herz kann man auch als den Sitz unserer sogenannten Intuition ansehen. Wenn wir lernen, mehr auf unser Herz zu hören (was uns ja auch der kleine Prinz empfiehlt), statt nur unserem Verstand zu benutzen oder unseren Emotionen nachzugeben, dann treffen wir eine intuitive, freie Entscheidung. Wirkliche Freiheit bedeutet also, eine Entscheidung heute, im Hier und Jetzt treffen zu können, ohne von alten Mustern geprägt zu sein oder Angst vor der Zukunft zu haben.



Genau hierbei möchte ich Ihnen ein meiner Praxis helfen. Ich arbeite weitestgehend mit Methoden aus dem Bereich der angewandten Seelenkommunikation. Die Wahl der Methode an sich, hängt ganz von Ihren Fragestellungen oder Problemen ab. Es können z. B. Channelings, Seelenreisen oder Rückführungen in frühere Inkarnationen sein. Im Kern geht es darum, die seelischen Anteile, die aufgrund einer früheren, seelischen Verletzung verloren gegangen sind, wieder zu integrieren. Ich möchte Ihnen helfen, Ihre Austernschale zu öffnen und die darin verborgene Perle in ihrem vollen Glanz erstrahlen zu lassen. Oder wie im Märchen vom Froschkönig dargestellt: die eisernen Bande vom Herzen zu entfernen.

Praxis für geistiges Heilen und mediales Coaching
Dr. Matthias Voß, Hauptstr. 20, 19079 Sukow
Tel. 03861-5010830 · matthias.voss@hotmail.com

8.–11.09.2016 im Seehotel Düne in Graal Müritz Seminar: Stressbewältigung durch Achtsamkeit

von Marina Tscheschel

Wenn wir uns mit offenen Augen in der Welt umsehen, dann bemerken wir, dass wir Menschen vielfach nur noch funktionieren. Wir sind ständig abgelenkt, stehen vielfach durch die Anforderungen im Arbeitsumfeld, Familie und sozialem Umfeld unter Druck. Jeder erwartet etwas von uns und auch wir wollen allen gerecht werden.



Oft sind unsere Gedanken nicht bei dem, was wir gerade tun – oder wir hängen in Gedankenspiralen fest, schaffen es nicht abzuschalten, selbst wenn wir es wollen. Wir sind dadurch kaum in der Lage uns selbst zu spüren, uns selbst wahr zu nehmen. Was sind unsere Bedürfnisse, wo ist unser kreatives Potential. Wo kann ich die Freude im Leben spüren. In unseren Seminaren möchten wir mit Ihnen eine Innenschau starten, in dem wir bewusst das Außen draußen lassen. Wir möchten Ihnen Methoden vermitteln, die Ihnen helfen, den Alltag gelassener und zufriedener zu bewältigen, auch dann, wenn es hektisch ist und es kaum Momente der Ruhe gibt. Genießen Sie die Ostseeluft zum tiefen Durchatmen, das gute vitale Essen, die Bewegung als Balsam für Gelenke und Muskulatur und die guten Gespräche.

Wir laden Sie ein, **EINFACH MAL AUS ZU STEIGEN UM SICH ZU FINDEN** und zu spüren. Weitere Informationen zu diesem Seminar finden Sie unter www.steig-doch-mal-aus.com

Marina Tscheschel · Stephanstrasse 5, 18055 Rostock
Psychologischer Berater nach C. Rogers,
Stressbewältigungstrainerin nach HumanFlow,
Yogalehrerin

Vorgestellt: Heilpraktikerin Carmen Bornier TÜV für Körper, Geist und Seele

von Carmen Bornier



„Die wirksamste Medizin ist die natürliche Heilkraft, die im Inneren eines jeden von uns liegt.“ Hippokrates von Kós

Das Auto bringen wir selbstverständlich in die Werkstatt zum Check up. Wie steht es mit dem Vehikel, das unsere Seele durch dieses Leben trägt – unserem Körper? HEIL-SEIN – alles ist in perfekter Ordnung. Wir alle besitzen die Fähigkeit, uns schnell an sich verändernde Umweltbedingungen anzupassen. Das setzt einen gesunden Zellstoffwechsel und das harmonische Zusammenspiel des gesamten Orchesters Mensch voraus.

Intuitiv soll uns ein Unbehagen auf eine zu verändernde Situation hinweisen. Haben wir eine gute Verbindung zu unserer inneren Stimme? Wo täuschen uns erlernte Glaubenssätze? Schöpfst Du Dein Potenzial voll aus oder glimmt gerade nur die Notbeleuchtung? Welchen Einfluss haben die Sterne auf Dein Schicksal? Lebst Du Deine Berufung oder fühlst Du Dich fremdbestimmt? Weißt Du, welcher Stoffwechseltyp Du bist und ernährst Du Dich entsprechend und individuell? Läuft Dir manchmal die Galle über oder ständig die Nase? Könntest Du Dich vielleicht jünger und vitaler fühlen und sogar aussehen? Was stresst Dich und warum kannst Du nicht schlafen und erholst in den neuen Tag starten? Bist Du müde und antriebslos? Tanzen Deine Hormone aus der Reihe?



Erst wenn der Mensch nicht mehr in der Lage ist, die „Entgleisungen“ körperlicher und seelischer Natur auszubalancieren, entwickelt der Körper Symptome. Wir werden krank. Die Signale sind Wegweiser, zu unserer wahren Natur zu finden, „lebenskonform“ mit der allgemeinen Ordnung zu sein. Es obliegt uns, die Geschichte dahinter zu verstehen. Dabei möchte ich Dich unterstützen.

Es ist mir wichtig, ein umfassendes Bild von Deinem Gesundheitszustand zu bekommen. Wir nehmen uns ausreichend Zeit für ein Gespräch. Mit Hilfe der AMSAT-Messung erhalten wir in meiner Praxis einen kompletten Überblick über funktionelle und strukturelle Zustände im Körper. Das moderne computergestützte Messverfahren zeigt neben akuten und chronischen Beschwerden auch sich bereits entwickelnde Krankheitserde auf.

Allen chronischen Erkrankungen liegt eine Entgleisung des Zellstoffwechsels zugrunde. Bei Infekten trifft der Erreger auf ein gestörtes Milieu. Mit speziellen Laboruntersuchungen geben wir Deinem Unterbewusstsein eine Stimme. So sammeln unser Blut oder der Urin auf ihrem Weg durch den Körper viele Informationen. Eine umfangreiche Analyse nach klinischen, psychischen und präventiven Gesichtspunkten interpretiert, zeigt uns, ob Dein Körper im „grünen Bereich“ reguliert oder wo er Hilfe benötigt.

Gemeinsam finden wir dann einen Weg zur Optimierung. Die Heilung ist die Angelegenheit unseres Körpers selbst, in Zusammenarbeit mit dem Geist und dem Gefühl. So wird der gebrochene Arm vom Therapeuten gerichtet und ruhig gestellt. Der Gips kann ab, wenn unsere inneren Kräfte den Knochen geheilt haben. Eine erfolgreiche Therapie unterstützt den Menschen, so dass er wieder Zugang zu seinen Selbstheilungskräften erlangt. Ich nutze gerne die Vielfalt und die natürliche Kraft der Pflanzen und Mineralien.

Heilpraktikerin Carmen Bornier
Ärztelhaus in der Joliot-Curie-Allee 49
18147 Rostock Toitenwinkel
naturheilpraxis.bornier.org



Mit der TCM den Körper „lesen“ und erfolgreich therapieren...

von Dr. Jörg Köhn



„Es gibt nur einen Heiler“, formulierte bereits vor 500 Jahren Paracelsus. „Nur der Körper des Patienten ist so weise, dass er den Weg der Heilung kennt. Ein Therapeut kann nur ‚heilen‘, wenn er diese Weisheit des Körpers versteht und den Körper in der Heilung unterstützt.“

Die „ältesten“ dokumentierten Wege zum Lesen und Verstehen der Weisheit des Körpers sind die Diagnoseverfahren der traditionellen chinesischen Medizin (TCM). Interessanterweise verbinden diese Verfahren eine sichere Diagnose mit der geeigneten Therapie. Dabei kann man auch die gesamte Krankheitsgeschichte des Patienten von seiner Geburt an erfahren.

Noch verblüffender ist, dass seit etwa 130 Jahren bekannt ist, dass viele „Punkte“ aus der TCM auch gleich noch mitteilen, welche/ homöopathische/n Mittel gerade jetzt den Heilungsprozess anschieben kann/können. Viele dieser „Signalpunkte“ begleiten die Wirbelsäule, so dass das alte chinesische Behandlungsprinzip – Gespräch, Berührung (z. B. Breuss-Massage) und Setzen von Heilimpulsen (z. B. Homöopathie, Akupunktur, Entgiftung, Nahrung usw.) – sich in der Therapie wirksam und zielsicher kombinieren lassen. Als Biologe und Heilpraktiker weiß ich um die Lebens- und Heilgesetze der Natur und setze sie in der Diagnose und Therapie seit vielen Jahren in meiner Praxis erfolgreich ein.



Naturheilpraxis Dr. Jörg Köhn · Büdnerreihe 20a
18239 Satow OT Heiligenhagen
naturheilpraxis@dr-joerg-koehn.de
Tel. 0171 – 6103610, 038295 – 71414



Weg der Freude Die Amnanda Kur

von Bärbel Kirschke

Die Amnanda-Kur steht für Verjüngung und Revitalisierung und gilt als ein Juwel einer 2000 Jahre alten Ayurveda-Tradition.

Worum geht es?

Mit der Amnanda Kur steht uns eine Kostbarkeit aus der ayurvedischen Heilkunde zur Verfügung, überliefert von Baba Ramdas Swami, tibetischer Mönch und Ayurveda- Arzt, der selbst 124 Jahre alt wurde. Die verwendeten Rezepturen der Kräuteröle und der Tees sind genauestens von ihm vorgegeben und speziell für uns Europäer mit heimischen Heilpflanzen und Kräutern „umgeschrieben“ und weiter entwickelt worden. Amnanda macht den Abbau von Stress möglich - mit all seinen Auswirkungen auf Leib und Seele. Belastungen auf körperlicher, emotionaler und mentaler Ebene können sich sehr unterschiedlich auswirken, führen aber fast immer zu vorzeitigen Alterungserscheinungen. Durch die Kur werden Stresserfahrungen, die wir gemacht und als Gedächtnisspuren auf Zellebene gespeichert haben, aufgelöst. Blockaden durch alte Verletzungen und negative Lebenserfahrungen fallen spürbar ab und Regeneration, Harmonisierung und Revitalisierung unseres gesamten Systems werden möglich. Nach der Kur werden Sie sich jünger, fröhlicher und entspannter fühlen und dies auch ausstrahlen.

Was erwartet Sie?

Die Kur erstreckt sich über ein ganzes Jahr mit insgesamt 12 Einzelbehandlungen. In dieser Zeit bekommen Sie einmal im Monat eine Ölbehandlung, bei der das Öl sanft auf dem ganzen Körper aufgetragen wird. Ihr Körper entspannt sich und nimmt die Informationen der Kräuter und der achtsamen Berührung auf. Es lösen sich Blockaden, die sich durch die Speicherung schmerzlicher Lebenserfahrungen gebildet haben. Diese Transformation beginnt mit der 1. Behandlung. Dieser Prozess ist sehr

Ayurvedisches Handlesen

mit Dirk von Daacke (Ayurvedatherapeut und Yogalehrer)

Die alte Handlesekunst Indiens ist eine subtile Wissenschaft und Kunst. Sie erforscht die vielen Rätsel unseres Karmas und Schicksals, hilft uns die Bedürfnisse und das Ziel unserer Seele zu verstehen und weist gleichzeitig auf Ereignisse im äußeren Leben hin.

So ist die Hand ein Spiegel der Seele und das Schicksal ist keine schwere Last, die wir mit uns herumschleppen müssen, sondern eine schöpferische Kraft, die wir nutzen können, um tiefe Sehnsüchte zu erfüllen. Die Handlinien ändern sich im Laufe der Zeit, und wir können bewusst darauf hinwirken, dass die Veränderungen positiv sind.

Dank solcher Informationen können wir unsere Stärken und Potenziale nutzen und selbst entscheiden, wie wir unser Leben ändern und gestalten, insofern ermöglicht die Hand eine Form der Selbsterfahrung, wir finden Antworten auf die Fragen:

- Wer bin ich?
- Was sind meine Anlagen, Begabungen und Stärken?

An der Kölner Universität arbeitet eine Forschergruppe an einem Projekt, über die Blutgefäße der Hand, Hirnschädigungen zu erkennen. Genau diese Blutgefäße sind es, die unsere Handlinien formen. Die alten Ayurvedameister wussten von diesen Zusammenhängen. Jeder Blick in die Hand ist also auch ein tiefer Blick in das Gehirn.



Ich freue mich darauf, wenn Ihr Weg Sie zu mir führt.

Praxis für Ayurveda & Yoga
Alte Dorfstr.50, 19069 Lübstorf
Tel. 0177 – 9303491 · www.ayurveda-luebstorf.de

individuell und führt dazu, dass Sie dauerhaft mehr Gelassenheit, Energie und Lebensfreude entwickeln. Begleitend trinken Sie täglich Grüntee und eine spezielle, ayurvedische Teemischung. Zweimal nehmen Sie zwischen zwei Behandlungen eine bindegewebsstärkende Tinktur ein. Begleitend erfahren Sie vieles darüber, wie Sie mit der Ernährung und mit Tee Ihre Gesundheit und diese Kur fördern können.

Kosten der Kur:

Pro Behandlung beträgt die Gebühr 65 Euro. Dazu kommen die beiden Tees, was ungefähr 10 Euro im Monat ausmacht. Skin Tinktur kostet 7,90 Euro. Die Bestandteile der Öle, Tees und Tinkturen sind aus kontrolliert biologischem Anbau und werden in einer kleinen Manufaktur liebevoll gefertigt.

Für wen ist die Kur geeignet?

Wenn Sie schwere Jahre mit Belastungen für Körper und Geist erlebt haben und nun regenerieren möchten. Wenn Sie sich in einer besonderen Lebensphase - wie Schwangerschaft, Erziehungszeit, Doppelbelastungen in der Lebensmitte, Ausbildung, Verwirklichung von neuen beruflichen Zielen oder Visionen - belastbarer und gelassener fühlen möchten. Wenn Sie dem vorzeitigen Alterungsprozess vorbeugen und möglichst lange das Leben in Gesundheit genießen möchten. Wenn Sie einfach nur entspannter und glücklicher sein oder werden wollen...dann ist diese Kur bestens für Sie geeignet. Gern begleite ich Sie auf diesem Weg der Lebensfreude!

Neue Termine für Kochseminare mit dem Sommerthema

„Ayurvedisch Grillen – vegetarisch – vegan“ (auf Wunsch auch mit Fisch und Fleisch): 02.07.2016 und 03.07.2016 von 10 – 15 Uhr

Möchten Sie selbst Amnanda-Therapeut werden, gleichzeitig diese Kur am eigenen Körper erfahren – um sie dann weitergeben zu können? Bitte sprechen Sie mich an! Vorkenntnisse nicht erforderlich. Neue Kurse beginnen nach der Sommerpause.

Bärbel Kirschke · Ayurveda Therapeutin / Amnanda-Trainerin
19065 Gneven, Kastanienweg 9 · Tel. 03860 – 5015014
info@ayurveda-schwerin.de · www.ayurveda-schwerin.de



5. – 7. August 2016 auf Schloss Rochsburg 1. Schokoladenfestival „EuroBean“

von Patrick Walter



Tauchen Sie ein in die Welt der Schokolade. Auf dem märchenhaften Schloss Rochsburg im idyllischen Muldental haben Sie die Möglichkeit, feinste Schokoladen zu verkosten sowie deren Ursprung und die Macher der süßen Köstlichkeiten kennenzulernen. Ein spannendes und abwechslungsreiches Programm erwartet alle großen und kleinen Gäste. Interessante Workshops, Figurentheater, Trommeln, Saturday Night Fever mit Musik und Film und mehr sind geplant.

Was Sie erwartet

- Chocolatiérs aus ganz Europa und Übersee, u.a. Zotter Schokoladen, Manoa Chocolate Hawaii, Edelman Chocolate, Herufek Chocolate und natürlich Choco del Sol
- Kakao-Geschichte
- Pralinen & Trüffel
- Schokoladenbibliothek
- Kosmetik
- Verkostung
- Open-Air Kino
- Gewinnspiele
- Workshops
- Anbauländer
- Kids Pfad
- Konzerte
- Schokorallye

Weitere Informationen unter www.eurobean-festival.org

Choco Del Sol, Inh. Patrick Walter · Schloss Rochsburg, Schlosstraße 1
09328 Lunzenau OT Rochsburg · info@eurobean.org

Übernachtungstipp im Erzgebirge Das Hundertweltenhaus im Kunsthof Eibenstock

von Kerstin Schreier



Seit 2011 finden in Eibenstock/Erzgebirge im farnefrohen „Kunsthaus“ Veranstaltungen und Workshops statt, die von Yoga-, Tanzkursen, Ausstellungen und Filmabenden bis zu Brotbackkursen, Seminaren und Vorträgen reichen. Dabei stehen großzügige Räumlichkeiten zur Verfügung und das Haus wird wegen seiner ungewöhnlichen Gestaltung gern besucht. In dem ehemaligen Industriegelände befindet sich ein weiteres Gebäude, welches nach gründlicher Ideenfindung nun zum bunten „Hundertweltenhaus“ gestaltet wurde: mit zahlreichen Mosaiken und kunstvollen Malereien verziert, beherbergt es fünf Ferienwohnungen in verschiedenen Kulturen, eine Kunstpassage mit Keramikwerkstatt, Atelier und Kunstcafé.

In den großzügigen Apartments in indischer, japanischer, peruanischer, afrikanischer und indianischer Kultur liegt besonderes Augenmerk auf einer gesunden Schlafkultur und der Verwendung von Naturmaterialien. Alle Wohnungen sind mit Bad und Küche ausgestattet und farblich und künstlerisch ganz individuell gestaltet. In diesem Jahr wird ein ehemals betoniertes Außengelände zu einem essbaren Park mit Teich gestaltet, so dass sich das hektargehohe Gelände mehr und mehr zum Kunsthof entwickeln kann. An den Gebäuden wurde der Kreativität im

Der Netzwerkhöhepunkt in Sachsen 7. Regenbogenmesse am 4.9.2016

von Ann König



Einmal im Jahr laden wir im Erzgebirge zum Netzwerkhöhepunkt – der Regenbogenmesse für Gesundheit und ganzheitliche Lebensweisen – nach Schneeberg ins „VITAL – Sport- und Therapiezentrum“ ein. Der bunte Erlebnistag für die ganze Familie steht diesmal unter dem Motto „Gesundes für Körper, Geist und Seele“. Wenn der Körper fit und gut genährt, der Geist klar und zufrieden und mit der Seele im Einklang ist, dann stellt sich vollkommenes Wohlfühl ein. Bei der Messe zeigen kompetente Anbieter aus dem Netzwerk bio-(vor)erzgebirge und von außerhalb ihre ganzheitlichen Angebote an Info- und Verkaufständen in der Messehalle, im Außengelände im Rahmen eines Naturmarktes, mittels Bühnenprogramm und in Vorträgen und Workshops aus den folgenden Bereichen:

- Therapien mit ergänzenden und alternativen Heilmethoden
- Gesunde Ernährung von vegetarisch bis Rohkost, Wasser, Nahrungsergänzung
- Körperliche Fitness sowie Stärke im Geist durch: Yoga, Qi Gong, Tai Ji
- Angenehmes für das Gemüt: Massagen, Kunst, Malerei & Tanz
- Spirituelle Anbindung: Naturerfahrungen, Meditation, Selbstfindung
- Gesundes Wohnen und Gärtnern, alternative Energieversorgung

Der Höhepunkt auf der Bühne ist die Herstellung eines „Chocolat's“ – dem geheimnisvollen Powergetränk der Mayas aus Kakaobohnen – und anschließender Verkostung mit Patrick Walther von „Choco Del Sol“. Für die gesunde Verpflegung während der Messezeit sowie Unterhaltendes für die kleinen Messebesucher ist gesorgt.

Weitere Informationen, Vortrags- und Workshopplan und Ausstellerverzeichnis unter: www.regenbogenmesse.de

Sinne von Hundertwasser und Gaudi freien Lauf gelassen und soll die Besucher zur eigenen Ideenfindung inspirieren.

Die Ideen für das Ensemble sind nach und nach gewachsen. Viele Seminarteilnehmer des Kunsthauses fragten oft nach Übernachtungsmöglichkeiten, so dass die vorhandene Bausubstanz Schritt für Schritt saniert und ausgebaut wurde. Nun können an Kurswochenenden sowohl die Yoga und Seminarräume als auch die Unterkünfte einschließlich Frühstücksmöglichkeit genutzt werden.

Das Kunstcafé mit seinem kunstvollen Mosaikfußboden lädt zum Kaffeegenuss von sortenreinen Kaffees aus aller Welt, einem guten Tee oder handgemachter Schokolade ein. Die Gäste können in Hundertwasser-Büchern stöbern und vielleicht klappt es sogar mit einem spontanen Rundgang durch das ganze Haus...

Kunsthof Eibenstock · Kerstin & Wolf-Dietrich Schreier
Ludwig-Jahn-Str. 12, 08309 Eibenstock

Tel. 037752-504-20
info@kunsthof-eibenstock.de
www.kunsthof-eibenstock.de



IMPRESSUM

Herausgeber: Netzwerk MiteinanderSein, Ann König & Uwe Reiher, Kupferweg 12, 08359 Breitenbrunn, Tel. 037756-879730, redaktion@miteinandersein.net

Redaktionelle Beiträge & Anzeigenannahme

Mona Gärtner, Tel. 0157-38656040, Boltenhagen, info@bio-ostsee.de

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

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

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

Auflage: 2500 Stück

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

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

Raum Lübeck

Geist und Seele im Dialog · **Michael Bartsch** m.a. Klangtherapeut, psychologischer Berater, Meditationslehrer, Heiler
 ☒ Lämmerstieg 5, 23562 Lübeck,
 ☎ 0451-3177485 · E-Mail: mbartsch@drachenkraft.de · www.drachenkraft.de

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

Raum Nordwestmecklenburg

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

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

Konzepte für Visuelle Gesundheit & Stressabbau · **Georg Buchheit** · Heilpr. & Sehtainer, Lehrer für Stressabbau durch Achtsamkeit, Schmerztherap., Aku- und Farb-punktur, Seminare & Firmenseminare: Stressmanagement, Augenentspannung, Praxis: Gesundheitszentrum, ☒ 23948 Stellschagen · ☎ 038825-26933 www.lebendige-auge.de

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

SEELENDO · Klang- und Meditations Dom **Ulrike Podel-Stock**, Körpertherapeutin, Fastenleiterin (AGL), Klangmassagepraktikerin u. anerkannte Heilerin (DGH e.V.) · ☒ Oberdorf 9, 23948 Parin, ☎ 03881-7584970 www.seelendo.de

Shaktimaa · Seminare und Vorträge für Frauen und Paare mit **Julia Beutelschies** und **Christian Geisler** · „Weg der Liebe für Paare“, „Zeit für Weiblichkeit“ und „Frauentempel“ im Hotel Gutshaus Parin ☎ 03881-7595662 · www.shaktimaa.de

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

Raum Wismar

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

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

Praxisgemeinschaft Wismar · **Margit Gröpel**, **Elvira Schneider** & **Dr. Ulf Gausmann** Heilpraktiker Psychotherapie, Körpertherapie, Energiearbeit, Homöopathie, Supervision, Psychosomatik, Traumatherapie, Traumalösung Gruppen u.v.m. · ☒ Schweriner Str. 10, 23970 Wismar · www.heilpraxis-wismar.de

Sonnenhof-Dallendorf · ☒ Ziegelei 4, 23996 Dallendorf · www.sonnenhof-dallendorf.de

Alle Angaben ohne Gewähr.

Raum Ludwigslust-Parchim

Praxis für geistiges Heilen & mediales Coaching · **Dr. Matthias Voß** · ☒ Hauptstraße 20, 19079 Sukow · ☎ 03861-3035213 · E-Mail: matthias.voss@hotmail.com

Raum Schwerin

Erlebnispädagogin · **Alenka Baerens** Kulturverein Hof Medewege e.V. · Hof Medewege ☒ Hauptstraße 12, 19055 Schwerin · ☎ 0177-609 4004 · E-Mail: alenka.baerens@gmail.com, www.hof-medewege.de/artemis-maedchenzeit.html · www.hof-medewege.de/angebotefuer-frauen.html

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

Dr. med. dent. Franka Engel · Heilpraktikerin; Medizinisches Qi Gong, TCM, Numerologie, Spagyrik (Pflanzenheilkunde), Energiemedizin, Ernährungstypbestimmung, Beratung zu Themen der Zähne im Zusammenhang ☒ Bleicherstr. 12, 19053 Schwerin ☎ 0385-5932108

Yoga · Pilates · Massage – **Hanna Dittrich** Körper- und Bewegungstherapeutin · ☒ Goethestr. 88, 19053 Schwerin · ☎ 0152-52756186 www.yogamassage-und-meer.de

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

Open Mind Events · Inhaberin **Franziska Reuß** · Veranstaltungen für Körper, Geist und Seele · Workshops, Seminare, Konzerte, Ausbildungen sowie Raumvermietung ☒ August-Bebel-Straße 29, 19055 Schwerin ☎ 0385-39444302 · www.open-mind-events.de

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

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

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

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

Raum Rostock

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

InFormer® Technologie harmonisiert ihr Trinkwasser und schafft eine harmonische Umgebung in Ihrer Wohnung, frei von Elektromog und geopathischen Belastungen. Dunkelfeld- und Informationsfeld-Analysen · ☒ 18055 Rostock ☎ Tel./SMS 0700-83577627 · E-Mail: informer@vitanovum.info, www.vitanovum.info

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

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

Heilpraktikerin **Dr. med. dent. Brigitte Sinke** Naturheilpraxis für Ausbildung, Beratung, Coaching und Therapie · ☒ Am Feldrain 09, 18182 Blankenhagen · ☎ 038201-388 · E-Mail: praxis-dobsi@genion.de · www.praxis-dobsi.de

Cranio Sacrale Osteopathie · **Angela Hesse** · ☒ Heinrich-Heine-Str. 4, 18119 Rostock-Warnemünde · ☎ 0381-3754932 · www.angelahesse.de

Halbinsel Fischland-Darß-Zingst

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

Mecklenburgische Schweiz

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

Raum Hamburg

SWASTHA · BEWUSST gesund SEIN · **Heidrun Kuhne** · Heilpraktikerin · ☒ Achter Lüttmoor 5522559 Hamburg · ☎ 040-84607126, 0172-9398700 · www.swastha-bewusst-gesund-sein.de

NEUE PARTNER IM NETZWERK

Taiji-Akademie Müritz · **Pechmann & Teeg GbR Taijiqian** · Qigong, taoistische Meditation · ☒ Lange Straße 17, 17209 Vipperow OT Solzow · ☎ 039923-73967 · www.taiji-mueritz.de

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

Atelier Kunstundtherapie-MV · Birgit Schön-Schneider · Kunst- und Gestaltungstherapeutin / Kreativitätstrainerin, ausgebildet von Arno Stern in Paris im Malspiel und der Formulierung, Meditationsausbildung · ☒ August-Bebel-Straße 26 23946 Ostseebad Boltenhagen · ☎ 0162-7222214 · www.kunstundtherapie-mv.de

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

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

Kontakte & regelmäßige Termine

Mona Gärtner · Boltenhagen · 0157-38656040 · info@bio-ostsee.de www.bio-ostsee.de

Meditationsdom Seelendo · Ulrike Podel-Stock · Oberdorf 9, 23948 Parin 03881-7584970 · www.seelendo.de

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

Shaktimaa · **Julia Beutelschies**, Heilpraktikerin · Hotel Gutshaus Parin 03881-7595662 · www.shaktimaa.de
C Offener Abend Frauentempel am 7.9., 5.10., 2.11. jew. 19-21:30 Uhr

Hotel Gutshaus Stellschagen · Bio- und Gesundheitshotel · Lindenstr. 1 23948 Stellschagen · ☎ 038825-440 www.gutshaus-stellschagen.de

Sonnenhof-Dallendorf · ☒ Ziegelei 4, 23996 Dallendorf · www.sonnenhof-dallendorf.de

Systemische Beratung Rostock · Elke Koeppen · Veranstaltungsort: Praxis „menschenskinder“, Schweriner Str. 65, 18069 Rostock · 0160-94630033 www.systemische-beratung-rostock.de

Dr. Franka Engel · VA-Ort: Montessori-Schule, Platz der Jugend 25, 19053 Schwerin · 0385-5932108

Praxisgemeinschaft Wismar · Schweriner Str. 10, 23970 Wismar · 038424-223085 · www.heilpraxis-wismar.de

Hormon Yoga mit Elvira Schneider jed. Dienstag von 17:30 – 18:45 Uhr

Atelier Kunstundtherapie-MV · Birgit Schön-Schneider · August-Bebel-Str. 26 23946 Ostseebad Boltenhagen 0162-7222214 · www.kunstundtherapie-mv.de

Meditativen Ausdrucks malen Kleingruppe jeden Mittwoch im Juli / August jew. 18:30 Uhr, Einzeltermine: indiv. buchbar

Wirtin Wundermild · Doris Schlott Neu Nantrow 3, 23974 Neuburg OT Neu Nantrow · ☎ 03842-620343 www.wirtin-wundermild.de
Kräutergang mit Vitalverkostung 3.7., 11.9. jew. 15:00 Uhr

Gut Saunstorf – Ort der Stille · Am Gutspark, 23996 Saunstorf · 038424-223060 · www.gut-saunstorf.de

Der Elfenhof · Lange Str. 27, 18249 Viezen 038464-227293 · www.der-elfenhof.de
Qi Gong jed. Mi 19:00 Uhr

Ginkgo Mare · Bio-Hotel & GesundSein-Zentrum · Buchenstr. 41a, 18375 Ostseebad Prerow · 038233-7013 www.ginkgomare.de

Tai Chi / Qi Gong montags 17 Uhr
Achtsamkeitspraxis dienst. 17 Uhr
Yoga mittwochs 17 Uhr
Infostunde „Gewaltfreie Kommunikation“ donnerst. 17 Uhr
Wirbelsäulengymnastik freitags 17 Uhr
Yoga für Alle freitags 18 Uhr

Angela Hesse · Heinrich-Heine-Str. 4, 18119 Rostock-Warnemünde · 0381-3754932 · www.angelahesse.de

brandtgrün Bio! · **Kristin Brandt**, An der Kirche 6, 23936 Stepenitztal/ OT Börzow · ☎ 03881-715730 www.brandtgruen.de

Gartencafé & Kräutergärtnerei geöffnet jeden Sa / So 13:00 - 18:00 Uhr
Kräuterwanderung jeden Mi (ab März) 9:30-13:30 Uhr, Gutshaus Stellschagen · D jed. 2. Sa, 14-16 Uhr, Bio-Gärtnerei Börzow

Naturheilpraxis Dr. Jörg Köhn 038293-71414 · www.naturheilpraxis.dr-joerg-koehn.de, VA-Ort: Poseidon-Apotheke, H.-Ibsen-Str. 29, 18106 Rostock-Evershagen

Montag, 04.07.2016

Kräuterstammtisch im Biobistro Thema: **Kräuter, immer wieder Kräuter** mit Kristin Brandt · Börzow · U

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

Freitag, 08.07.2016

8.–10.7. **Chakren-Kurs** mit NCC Dörthe Andres Viezen · R

Samstag, 09.07.2016

9./10.7. **Sommerfest „Wurzel & Flügel“** auf dem Sonnenhof mit Hanna Dittrich · Dallendorf · E

9.–11.7. **Taijiquan INTENSIVKURS** mit Matthias Teeg, Taiji-Akademie Müritz · Solzow · Z

10:30 bis 17:30 Uhr Workshop **Heimkommen zu sich selbst** mit Michael Bartsch, www.drachenkraft.de · Lübeck

20:30 Uhr Vortrag **„Essbare Gärten“** – Besinnung auf das häusliche Grün, Multifunktionalität eines Gartens, Beispiele und Möglichkeiten mit Kristin Brandt · Stellschagen · D

Sonntag, 10.07.2016

10.–15.7. Eine 5-Tages-Auszeit **Meditation und Klang zum Auftanken**, Erleben von Essenz, schönen Begegnungen und Zeit für Dich! mit Julia Beutelschieß · Stellschagen · D

10:00 bis 18:00 Uhr **Familien- und Systemaufstellungen** mit Elke Koeppen, Systemische Beratung Rostock · F

Dienstag, 12.07.2016

16:00 Uhr Seminar **„Es war ein falsches Wort – Ursachen schwerer chronischer Krankheiten“** mit HP Dr. Jörg Köhn · Rostock · V

Donnerstag, 14.07.2016

19:00 Uhr **Netzwerktreffen bio-ostsee in LÜBECK** bei Michael Bartsch, www.drachenkraft.de · Lämmerstieg 5, 23562 Lübeck · A

Samstag, 16.07.2016

09:30 bis 12:00 Uhr Ein-Tages-Workshop **Zeit für mich mit Atem- und Dehnübungen** mit Angela Hesse · Warnemünde · T

Mittwoch, 20.07.2016

19:00 bis 21:30 Uhr Vortrag **Elektromagnetismus und die Auswirkungen auf unseren Organismus** mit Max Josef Propst · Schwerin · W

Donnerstag, 21.07.2016

17:00 bis 19:00 Uhr Workshop **„Schreib dich frei“** mit Angela Hesse · Warnemünde · T

Kontakte & regelmäßige Termine	
W	Open Mind Events · August-Bebel-Straße 29, 19055 Schwerin · 0385–39444302 · www.open-mind-event.de
X	SINNBILD · Heike Schubert Schlossweg 1, 17168 Lelkendorf 039956–29581 · www.sinnbild.org
Y	Gesundheitspraxis Sylvia Craemer 038231–663161, www.gesundheitspraxis-craemer.de bewusst bewegen mit Körperbalance am Strand auf dem Darß: Zingst am Abschnitt 14a, Do 10–11 Uhr Prerow am Sportstrand, Abschnitt 22, Mi 9:30–10:30 (ab 6.7.), Do 17:30–18:30 Volkshochschule Barth · Neuer Kurs vom 29.9.16–1.12.16
Z	Taijiquan-Akademie Müritz · Matthias Teeg, 039923–739967 · www.taiji-mueritz.de Taijiquan erleben · regelmäßige Termine Röbel: dienstags, 17:30 bis 18:30 Uhr Engelscher Hof, Kleine Stavenstraße 10 Malchow: mittwochs, 19:30 bis 20:30 Uhr Haus „Werleburg“, Bahnhofstraße 5 Mirow: donnerstags, 17:00 bis 18:00 Uhr Gesundheitshaus, Rudolf-Breitscheid-Str. 4-6

20:30 Uhr Vortrag und Demo **Rebalancing – Tiefengewebssmassage** – die Kraft bewusster Berührung über tiefe Bindegewebsmassage und sanfte Gelenkmobilisation mit Manfred Hendrich Stellschagen · D

Samstag, 23.07.2016

23./24.7. **Glücks-Seminar & Erfolg-Reich Wünschen** mit Dörthe Andres · Schwerin · W

Donnerstag, 28.07.2016

28.7.–7.8. 10tägiges **Schweige Retreat** mit OM C. Parkin · Saunstorff · N

Samstag, 30.07.2016

30.7.–1.8. **Qigong INTENSIVKURS** mit Matthias Teeg, Taiji-Akademie Müritz · Solzow · Z

Sonntag, 31.07.2016

Musikalischer Gartentag auf Schloss Bothmer u.a. mit aktiver Beteiligung von Kristin Brandt · U

17:00 Uhr **Lughnasad-Fest auf dem Elfenhof** Viezen · R

Donnerstag, 04.08.2016

20:30 Uhr **„Herzmeditation“** Eine geführte Meditation mit dem spirituellen Lehrer und Arzt Dr. Rahasya Fritjof Kraft · Stellschagen · D

Samstag, 06.08.2016

6.8.–13.8. **Feldenkrais „Bewusstheit durch Bewegung“** mit Kathrin Heinicke; Astrologin Feldenkrais-Lehrerin, Heilpraktikerin für Psychotherapie (HPG) · Ostseebad Prerow · S

Sonntag, 07.08.2016

10:00 bis 18:00 Uhr Seminar **Entdecke Deine Quelle** mit Dirk Schulz · Viezen · R

Dienstag, 09.08.2016

16:00 Uhr Seminar **„Homöopathie – Mitgefühl in Kügelchen?“** mit HP Dr. Jörg Köhn · Rostock · V

Donnerstag, 18.08.2016

18.–22.08. **Frauencamp 2016** nahe der Ostsee in Heidekaten · Tel. 0177 – 6094004 · www.hof-medewege.de

20:30 Uhr Vortrag **„Aus den Augen – aus dem Sinn“** mit Georg Buchheit, Lehrer für Stressabbau und Achtsamkeit · Stellschagen · D

Freitag, 19.08.2016

19.–26.08. **Zeit für Dich – Eine Woche Ent-Spannung, Selbst-Erkenntnis & Bewusst-Sein** mit HP Dörthe Kasbhorn, HP Katrin Märker, Yogalehrerin Ines Seifert, Koch Jörg Laß, NCC Dörthe Andres · Viezen · R

19.–24.08. **Aerial Yoga Ausbildung** Module 1 + 2 (separat buchbar) mit Franziska Reuß Schwerin · W

Samstag, 20.08.2016

20.–22.08. **Taijiquan INTENSIVKURS** mit Matthias Teeg, Taiji-Akademie Müritz · Solzow · Z

10:00 bis 18:00 Uhr Tagesseminar **Inspirierendes Schreiben** mit Regine Hörtnagel-Nätebusch Parin · B

20:30 Uhr Vortrag **Astrologie – Was uns die Tierkreiszeichen über uns erzählen** mit Edda Weisheit, HP für Psychotherapie · Stellschagen · D

Samstag, 27.08.2016

27.–29.08. **Qigong INTENSIVKURS** mit Matthias Teeg, Taiji-Akademie Müritz · Solzow · Z

20:30 Uhr Vortrag **Schneiden von Obstgehölzen – Winterschnitt und Sommerschnitt** mit Kristin Brandt · Stellschagen · D

Freitag, 02.09.2016

19:00 Uhr Vortrag **Klassische Homöopathie – hilfreich, wohltuend, nebenwirkungsfrei** mit Elvira Schneider · Tierheilpraxis Andrea Möhle, www.zentrum-mensch-tier.de · Wietow

Samstag, 03.09.2016

3.–10.9. **Feldenkrais „Bewusstheit durch**

Bewegung“ mit Kathrin Heinicke Astrologin, Feldenkrais-Lehrerin · Ostseebad Prerow · S

13:00 bis 15:30 Uhr **Yin Yoga Workshop** mit Franziska Reuß von Yoga Lila · Schwerin · W

Montag, 05.09.2016

Kräuterstammtisch im Biobistro Thema: **Früchte satt** mit Kristin Brandt · Börzow · U

Mittwoch, 07.09.2016

19:00 bis 21:00 Uhr **Frauentempel** Offener Abend für Interessierte und Neueinsteigerinnen mit Shaktima, Julia Beutelschieß · Parin · C

Donnerstag, 08.09.2016

19:00 Uhr **Netzwerktreffen bio-ostsee in SATOW** Thema **Alpakas** mit Mona Gärtner in der Naturheilpraxis von Dr. Jörg Köhn, Büdnerreihe 20a, 18239 Satow / OT Heiligenhagen · A

Samstag, 10.09.2016

10:00 bis 18:00 Uhr **Familien- und Systemaufstellungen** mit Elke Koeppen, Systemische Beratung Rostock · F

20:30 Uhr Vortrag **Auf den Apfel gekommen:** Pomologie, alte und lokale Obstsorten, Vorteile lokaler Sorten, Pflege, Schutz und Erhalt alter Obstanlagen mit Kristin Brandt · Stellschagen · D

Sonntag, 11.09.2016

15:00 Uhr **Kräutergang mit Vitalkostverkostung** mit Ernährungsberaterin Doris Schlott Neuburg OT Neu Nantrow · M

Montag, 12.09.2016

19:00 Uhr Themenreihe **„Biographiearbeit“** Jeder Abend ein Jahrsiebt! mit Elke Koeppen, Systemische Beratung · Rostock · F

Dienstag, 13.09.2016

16:00 Uhr Seminar **„Miasmatische Homöopathie – Krankheitsschatten erkennen und beseitigen“** mit HP Dr. Jörg Köhn · Rostock · V

Donnerstag, 15.09.2016

17:00 bis 19:00 Uhr Workshop **„Schreib dich frei“** mit Angela Hesse · Warnemünde · T

19:00 Uhr Vortrag **Spagyrik** mit Heilpraktikerin Dr. Franka Engel · Schwerin · G

Freitag, 16.09.2016

16.–18.9. Einführungsseminar **Tibetan Pulsing – Die Kraft des Pulsschlags** – Thema **Angst** mit Elvira Schneider · Tel. 038424–223085 www.heilpraxis-schneider.de · Gut Saunstorff · N
16.–18.08. tägl. 10-18 Uhr **Bachblüten-Seminar** mit HP Katrin Märker · Viezen · R

Samstag, 17.09.2016

09:30 bis 12:00 Uhr Ein-Tages-Workshop **Zeit für mich mit Atem- und Dehnübungen** mit Angela Hesse · Warnemünde · T

Freitag, 23.09.2016

23.–25.9. Konferenz **„Was ist Innere Wissenschaft? – Ein Forschungsreise in unser Innerstes.“** mit OM C. Parkin · Saunstorff · N

Samstag, 24.09.2016

09:00 bis 18:00 Uhr Workshop **Systemisches Malen / freies Malen** mit Heike Schubert SINNBILD, Schlossweg 1, 17168 Lelkendorf www.sinnbild.org · X

Sonntag, 25.09.2016

25.–30.9. Eine 5-Tages-Auszeit **Meditation und Klang zum Auftanken**, Erleben von Essenz, schönen Begegnungen und Zeit für Dich! mit Julia Beutelschieß · Stellschagen · D

09:00 bis 18:00 Uhr Workshop **Systemische Aufstellungsarbeit** mit Heike Schubert SINNBILD, Schlossweg 1, 17168 Lelkendorf, www.sinnbild.org · R

Freitag, 30.09.2016

20:30 bis 22:00 Uhr Vortrag **„Frau sein“ – welche Rolle spielen meine Brüste** in meinem Leben mit Angela Bernhardt · Parin · B

TIPPS FÜR OKTOBER 2016

Samstag, 01.10.2016

Tagesseminar **„Frau sein“ – welche Rolle spielen meine Brüste in meinem Leben** mit Angela Bernhardt · Parin · B

09:00 bis 18:00 Uhr Workshop **Systemisches Malen / freies Malen** mit Heike Schubert SINNBILD, Schlossweg 1, 17168 Lelkendorf www.sinnbild.org · X

1.–3.10. **Qigong INTENSIVKURS** mit Matthias Teeg, Taiji-Akademie Müritz · Solzow · Z

Sonntag, 02.10.2016

09:00 bis 18:00 Uhr Workshop **Systemische Aufstellungsarbeit** mit Heike Schubert SINNBILD, Schlossweg 1, 17168 Lelkendorf www.sinnbild.org · X

2.–8.10. **Fastenurse, Heifasten nach Dr. Buchinger** mit Heike Schubert & Thilo Lars Schubert · www.fasten-gesundsein.de Tönning, Nordsee · X

Freitag, 07.10.2016

19:00 Uhr **Netzwerktreffen bio-ostsee in SCHWERIN** bei Franziska Reuß von Open Mind Events · August-Bebel-Straße 29, 19055 Schwerin · W, A

7.–9.10. **Einführungsworkshop in die gewaltfreie Kommunikation** nach Marshall B. Rosenberg mit HP Silvia Ariane Klein · Viezen · R

19:00 Uhr Themenreihe **„Biographiearbeit“** Jeder Abend ein Jahrsiebt! mit Elke Koeppen, Systemische Beratung · Rostock · F

Freitag, 14.10.2016

14.–16.10. **Augen Ferienseminar** mit Georg Buchheit, Heilpraktiker & Sehtrainer augenblicke@e.mail.de / Tel. 038825–26933 www.gutshaus-parin.de · Gutshaus Parin

14.–16.10. **Fußreflexionenmassage-Seminar** mit Heilpraktikerin Katrin Märker · Viezen · R

19:00 bis 21:00 Uhr **Konzert SEOM** – Ein einmaliges Erlebnis mit inspirierenden & tiefgründigen Songs · Schwerin · W

Samstag, 15.10.2016

10:00 bis 18:00 Uhr Tagesseminar **Feel Go(o) – Entfalte dich!** mit SEOM · Schwerin · W

Sonntag, 16.10.2016

16.–22.10. **Basenfasten** mit Heike Schubert www.fasten-gesundheit.de · Märchenpension Börgerende · X

Samstag, 22.10.2016

22.–28.10. **Fastenurse, Heifasten nach Dr. Buchinger** mit Heike Schubert · www.fasten-gesundheit.de · Märchenpension Börgerende · X

14:00 bis 18:00 Uhr **Tag der offenen Praxis** mit Vortrag 15.00 Uhr **„Psychobionik – Mit Seelenreisen individuelle Muster und Ursachen von Krankheiten klären“** mit HP Dr. Jörg Köhn Heiligenhagen · V

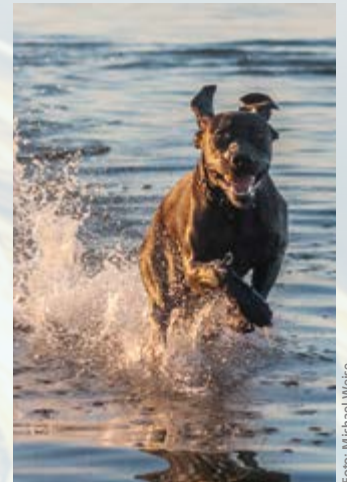
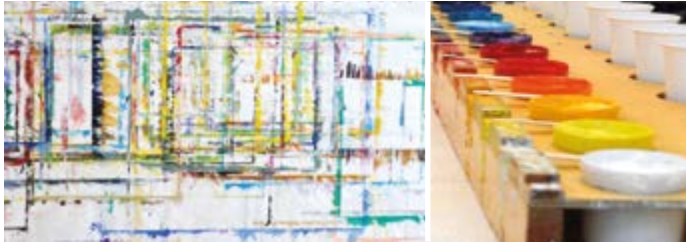


Foto: Michael Weis

Kunst- und Gestaltungstherapie / Kreativitätstraining Neu 2016 – Meditatives Ausdrucks- malen in Boltenhagen

von Birgit Schön-Schneider



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

Kleingruppentermine

Jeder Mittwoch im Juli/August 2016, Beginn jeweils um 18:30 Uhr, Dauer ca. 2,5 Stunden:

06.07. / 13.07. / 20.07. / 27.07. / 03.08. / 10.08. / 17.08. / 24.08. / 31.08.

Einzeltermine: individuell buchbar

Kunstundtherapie-MV · Birgit Schön-Schneider
August-Bebel-Straße 26, 23946 Ostseebad Boltenhagen
Tel. 0162-722214 · www.kunstundtherapie-mv.de

brandtgrün Bio!

Kräutergärtnerei / Gartencafé / veganes Bistro

Der Sommer bietet uns einen reich gedeckten Tisch mit allen Köstlichkeiten, die wir uns vorstellen können. Wir essen uns jeden Tag daran satt. Gleichzeitig sind wir mitten in der Kräuternernte.

Ab Juli gibt es all die wundervollen heimischen Kräuter bei uns im Hofladen – entweder pur oder verarbeitet zu hochwertigen Tees, Essenzen, Tinkturen, Salben. Die Kräuter rechtzeitig zu ernten, schonend zu trocknen und sie gehaltvoll zu verarbeiten, ist uns dabei besonders wichtig.

Gartencafé, Hofladen und Bio-Gärtnerei

Unser charmantes Gartencafé, der Hofladen und die Bio-Gärtnerei sind jeden Samstag und Sonntag geöffnet. Unsere grüne Küche ist vegetarisch, vegan und rohköstlich. Wir verarbeiten bewusst, was auf unseren biologisch zertifizierten Flächen wächst. Unser Garten ist ein grünes Paradies zum Erfrischen und Verweilen. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Termine Kräuterstammtisch

04.07.2016 – Kräuter, immer wieder Kräuter
05.09.2016 – Früchte satt

Wildkräuterversand deutschlandweit

Wir sind mitten drin im frisch grünen Versand hochwertiger und zertifizierter Bio/ und Wildkräuter. Bei Interesse bitte rechtzeitig melden und einfach mal ausprobieren.

Vorgestellt: Systemische Beratung Rostock Aufstellungen & Biographiearbeit

von Elke Koeppen

Familien- und Systemaufstellungen

Mit Hilfe von Stellvertretern und deren Gefühlswahrnehmungen wird ein vom Klienten beschriebenes Anliegen, Symptom oder Problem im Raum aufgestellt und dadurch sichtbar gemacht. Jeder im so dargestellten System beschreibt mit großer Genauigkeit sein Befinden und die Bewegungsimpulse. Im Verlauf entwickelt sich im System ein neues Gefüge und andere Sichtweisen zur ursprünglichen Problematik. Diese Impulse fließen ins weitere Leben mit starker Kraft ein.

Termine: 10.07. / 10.09. / 11.11.2016 jeweils von 10:00–18:00 Uhr

Biographiearbeit

Die Themen-Reihe „Biographiearbeit“ wird sich durch die Lebensjahrsiebtel bewegen. Jeder Abend ein Jahrsiebtel! Wir werden Entwicklungsetappen, Werteentwicklungen, Persönlichkeitsanteile und das, was unser Leben ausmacht, betrachten. Das Leben ist spannend, immer wieder sind wir am „Uns-Wandeln“. Woher kommt unsere Energie dafür und wie sorgen wir für uns, dass unser „Akku“ gut gefüllt bleibt?

Termine: 12.09. / 10.10. / 07.11. / 12.12. / 09.01.2017 / 20.02.2017 jeweils von 19:00–21:00 Uhr

Veranstaltungsort und Anmeldung:
Physiotherapiepraxis „menschens Kinder“
Schweriner Str. 65 in 18069 Rostock
Tel. 0160-94630033
info@systemische-beratung-rostock.de
www.systemische-beratung-rostock.de



Kräuterwanderungen

Jeden **Mittwoch** findet von 9:30 bis 13:30 Uhr die beliebte und zertifizierte Kräuterwanderung auf dem Gelände des Biohotels in Stellshagen mit leckeren Zubereitungen statt. Jeden **zweiten Samstag** laden wir von 14:00 bis 16:00 Uhr zu einer intensiven Kräuterführung in Börzow in die BioGärtnerei ein. Dabei werden viele Fragen geklärt und unzählige Pflanzen, insbesondere die Essbaren, erläutert. Für alle Termine ist eine rechtzeitige Anmeldung erforderlich.

Am **31.07. 2016** findet auf **Schloss Bothmer** ein musikalischer Gartentag statt, an dem wir uns aktiv beteiligen.



brandtgrün · Dipl. Ing. hort. Kristin Brandt
An der Kirche 6 · 23936 Stepenitztal OT Börzow
Tel. 03881-715730 · brandt.kraeuter@gmail.com
www.brandtgruen.de

Faszination **Mandala**

Hauptöffnungszeiten:

Montag und Freitag 10.00 - 15.00

Mittwoch 13.00 - 18.00

Meine gemalten Mandalabilder, Postkarten, Kissen u. Fliesen

- Herren u. Damen T-Shirts, Pullover, Strickjacken, Tunika, Yoga u. Wellness Kleidung (Größe XS- XXL) Handtücher und Bettwäsche. Alles aus bio-energetischer Baumwolle u. Viskose (aus Bambus-Zellstoff) mit Lebensblume Motiv der Firma The Spirit of OM
- Rocke aus 100% Merinowolle in vielen traumhaften Farben u. Mustern
- Hochwertige Porzellantassen, Glaskaraffen, Gläser u. Wasserstäbe, sowie lebensmittelechte Trinkflaschen für unterwegs
- Schmuck mit Lebensblume- u. Lebensbaummotiv

Sie finden bei mir vieles zum Wohlfühlen und genießen, um sich selbst und anderen eine Freude zu bereiten.

Ich freue mich auf Sie.

Inh. Birgit Fernholz
23966 Wismar
ABC Str.24
Tel.: 03841 66 18 342