



# MITEINANDERSEIN

Online-Ausgabe Sachsen · Mai bis Juni 2018

Nr. 81

Gratis zum Mitnehmen

Netzwerke für Gesundheit, Bewusstsein und Nachhaltigkeit

Sonderthema

## Glücklich Kind sein

Seiten 5 – 7

Sonderthema

## Kräuterangebote in Sachsen

Seiten 8 – 9

3. – 5. August auf der Rochsburg

## EuroBean – Festival

Rückseite

### Netzwerktreffen

16.05. Taucha

17.05. Freiberg

24.05. Limbach-Ob.

31.05. Chemnitz

16.06. Schwarzenberg

21.06. Olbernhau

22.06. Plauen

23.06. Lunzenau

30.06. Fraureuth

20.07. Radebeul

Infos Seiten 16–22

[www.miteinandersein.net/sachsen](http://www.miteinandersein.net/sachsen)

Titelmotiv von Carina Leithold · [www.gluecksbegleiterin.de](http://www.gluecksbegleiterin.de)



## Inhaltsverzeichnis

|   |    |
|---|----|
| Richtig würzen: Paprika                 | 4  |
| Weinstein – Kur                         | 4  |
| Glücklich Kind sein                     | 5  |
| Unsere „auffälligen“ Kinder             | 5  |
| Was macht Kinder wirklich glücklich?    | 5  |
| Festival „In Liebe wachsen“             | 5  |
| Angebote für Kinder                     | 6  |
| Geburtstagspony                         | 6  |
| Wachstum und Entfaltung                 | 6  |
| Kinder und Süßes                        | 6  |
| Kinder mit Klang unterstützen           | 7  |
| Kräuter-Angebote                        | 8  |
| Termine 2018 mit Grit Tetzner           | 8  |
| Wildkräuterwandern mit Sonja Röpké      | 8  |
| „Kräuter-Gut“ Elisabeth Püschmann       | 8  |
| Pflanzliche Antibiotika – Lauchgewächse | 9  |
| Permakultur im Jahreskreis – der Sommer | 9  |
| So free – RINGANA                       | 10 |
| Tinas Entspannungs-Oase                 | 10 |
| Energetische Hausreinigung              | 10 |
| Achtsamkeit, Begegnung & Berührung      | 11 |
| Gefühlstherapie                         | 11 |
| Kuscheln (wieder) neu entdecken         | 11 |
| MALort Ostthüringen Friedmannsdorf      | 12 |
| Die Kairos-Methode                      | 12 |
| Begegnung im Lebenskreis                | 12 |
| Berufsausbildung zum Heilpraktiker      | 13 |
| Praxisorientierte Neue Homöopathie      | 13 |
| Gesuche                                 | 13 |
| Campana-Festival am 6./7.10.2018        | 13 |
| Gemeinsam wachsen, leben & lieben       | 14 |
| Schamanisches TraumOrakel Mai–Juli 2018 | 14 |
| Wieviele Bäche braucht der Fluss        | 14 |
| Elke-Fischer-Netzwerk                   | 15 |
| Region Leipzig-Halle                    | 16 |
| Angstfrei werden                        | 17 |
| Mein inneres Kind                       | 17 |
| Reise zur Quelle des Lebens             | 17 |
| Nachgedacht: Reisenotizen               | 17 |
| Der Friede beginnt mit mir              | 18 |
| Region Dresden-Elbland                  | 18 |
| Wie die Liebe wachsen kann              | 19 |
| Physikalische Gefäßtherapie BEMER       | 19 |
| Das 3. EuroBean Chocolate Festival      | 26 |

## Aktuelles aus dem Netzwerk

# Seid freundlich, wahrhaftig und albern

von Ann König und Uwe Reiher

„Keiner von uns kommt lebend hier raus. Also hört auf, euch wie ein Andenken zu behandeln. Esst leckeres Essen. Spaziert in der Sonne. Springt ins Meer. Sagt die Wahrheit und tragt euer Herz auf der Zunge. Seid albern. Seid freundlich. Seid komisch. Für nichts anderes ist Zeit.“ Sir Philip Anthony Hopkins

Schauen wir bewusst etwas über die Ernsthaftigkeit unseres Alltages hinaus, dann sehen wir die Lebendigkeit und Freude in allem was ist. Unser fröhliches Netzwerk wird nun schon 10 Jahre. Kaum zu glauben. Und niemand hätte geahnt, dass sich alles so entwickeln wird. Von den anfänglich kleinen Treffen in erzebergischen Wohnzimmern wuchsen die Verbindungen der andersdenkenden Menschen weit über Sachsen hinaus. Auch an der Ostsee konnte sich das Netzwerk in den letzten vier Jahren von Hamburg bis Usedom ausdehnen. Uns begleiten nun auch viele unterstützende Partner über diese 10 Jahre, denen wir zu tiefem Dank verpflichtet sind. Unser feierlicher Höhepunkt wird das MiteinanderSein Festival in Eibenstock am 1.9.2018 sein, zu dem wir Euch alle einladen – ein großes Wiedersehen und „Sich-gut-gehen-Lassen“ oder eine prima Gelegenheit, uns Menschen im Netzwerk kennen zu lernen. Wer mitwirken möchte, bitte gern melden unter festival@miteinandersein.net.

In Vorbereitung auf das Festival trafen sich im März auch fast alle regionalen Koordinatoren. Wir haben uns mehrere Stunden über



alle wichtigen Fragen und Themen hinter den Kulissen des MiteinanderSeins ausgetauscht. Nachdem die Köpfe nicht mehr wollten, genossen wir bei einem Spaziergang einen wunderbaren Sonnenuntergang – ein gutes Zeichen.

Das stetige Wachstum nahmen wir auch mit der Erstellung dieses Magazin wahr. Denn zum ersten Mal kam es zu mehr Einsendungen, als wir veröffentlichen konnten. Bei Interesse an den Gartentipps von Uwe Böhm, einem Interview mit Sylvie Lutz sowie einem Beitrag über unsere Umwelt von Michael Aurich verweisen wir auf die Online-Ausgabe, dort könnt Ihr diese Beiträge lesen und ausdrucken.

### Netzwerktreffen / Sommertreffen

Neben den regulären Netzwerktreffen laden wir Euch insbesondere ein:

- 16.6. Veggi-Picknick Schwarzenberg
  - 23.6. Sommertreffen Berghof Göritzhain
  - 30.6. Sommerfest Villa „Lebenslicht“ Fraureuth
- Alle Termine und Details siehe Internet: [www.miteinandersein.de/netzwerktreffen](http://www.miteinandersein.de/netzwerktreffen)

**Nächstes MITEINANDERSEIN – Magazin Jubiläumsausgabe 10 Jahre Netzwerk, Aug-Oktober** mit großer Übersicht aller Regionen und deren Anbieter, **Einsendeschluss 1.7.2018**

Viel Freude wünschen wir Euch nun mit diesem MITEINANDERSEIN Magazin.

Von Herzen Ann König & Uwe Reiher

### Netzwerkleitung und Redaktion

Ann König & Uwe Reiher  
Tel. 037756–879730 und 0176–56892679  
info@miteinandersein.net  
[www.miteinandersein.net](http://www.miteinandersein.net)

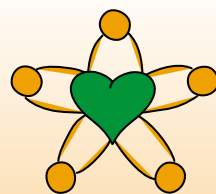
### Impressum

**Herausgeber:**  
Netzwerk MiteinanderSein, Ann König & Uwe Reiher, Hauptstr. 133, 08359 Breitenbrunn  
Tel. 037756–879730  
E-Mail [redaktion@miteinandersein.net](mailto:redaktion@miteinandersein.net)  
**Redaktion:** Ann König / Uwe Reiher (V.i.S.d.P.)  
**Gestaltung:** Uwe Reiher · manufaktur-medien.de  
**Druck:** Erzdruck GmbH, Marienberg

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

**Auflage:** 7000 Stück  
**Bezug:** in Bioläden, Yogazentren, Naturheilpraxen und bei allen Netzwerkpartnern

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. Alle männlichen Bezeichnungen gelten auch für die weibliche und weitere Formen. Aus Gründen der Vereinfachung/Lesbarkeit wurde oft nur die männliche Form gewählt.



# Festival MiteinanderSein



## 1. September 2018 Kunsthof Eibenstock

### Konzert mit SEOM

Musik, Klang, Kunst, Tanz, Yoga, Workshops,  
Vorträge, Stände, Kinderprogramm, PsyTrance-Party  
**Infos unter [miteinandersein.de/festival](http://miteinandersein.de/festival)**






**SEOM** am 01.09.2018 in Eibenstock  
Kartenvorverkauf unter [www.miteinandersein.de/festival](http://www.miteinandersein.de/festival)

## Auszeit in den Bergen

von Ann König

Hast Du das Gefühl einmal raus zu müssen, brauchst Abstand und Ruhe? Dann fühl' Dich herzlich willkommen im Ferienzimmer König in Breitenbrunn. Erfreue Dich an den Bergen und den weitläufigen Wäldern, die zum (Ski-) Wandern einladen sowie an unserem Natur- und Wildgarten. Das Zimmer hat einen eigenen Eingang und bietet alles für eine ruhige Selbstversorger-Auszeit allein oder zu zweit.



Zimmerpreis ab 35,-€ pro Nacht. Buchungen direkt oder über [booking.com](http://booking.com) (Netzwerkpartner erhalten 15% Rabatt bei Direktbuchung).

Ann König · Kupferweg 12, 08359 Breitenbrunn  
Tel. 0176-56892679 · [mail@annkoenig.de](mailto:mail@annkoenig.de)

## Biologische Luftreinigung & Meersalz Raumklima



**Bio-Aktiv-Box  
Z4**

**Bio-Aktiv-Box  
Z1 eco**

Saubere Luft.  
Mit der Kraft  
der Natur.

Die Zirbenluft Bio-Aktiv-Box reinigt die Luft von schädlichen Vergasungen wie z.B.

**NO<sub>x</sub>** (Stickstoffoxide),  
**CO<sub>2</sub>** (Kohlenstoffdioxid),  
**SO<sub>2</sub>** (Schwefeldioxid),  
**H<sub>2</sub>S** (Schwefelwasserstoff),  
**CH<sub>2</sub>O** (Formaldehyd),  
**NH<sub>3</sub>** (Ammoniak)

und bindet nachweislich auf ganz natürliche Weise radioaktiv strahlende Partikel wie z.B. **Cs+** (Caesium) und **Sr++** (Strontium).

**Zirbenluft**  
Bioaktive Luftreinigung mit Zeolith & Zirbe  
[www.zirbenluft.de](http://www.zirbenluft.de)

# C & C HAIRDRESSER

## GANZHEITLICHER FRISEUR & AYURVEDA

**UNSERE  
LEIDENSCHAFT**  
Das Haar



**UNSER GLAUBE**  
Ein Organ, verbunden  
mit Körper, Seele  
und Geist



**UNSERE MISSION**  
Behandlung und Pflege im  
Einklang mit der  
Persönlichkeit



**WWW.HAIR-CANDC.DE**  
**AUGUSTUSBURGER STR. 34**  
**09557 FLÖHA**  
**TEL. 03726 788710**



## Rohköstlicher Mango-Passions- frucht-Kuchen

Rezept-Tipp von Mandy Hirsch



Basische Menüs schnell und selbstgemacht oder zum Genießen im Restaurant Vitaler Hirsch. Hier wird mit Herz & Verstand gekocht und mit guter Laune serviert.

### Du benötigst eine 18cm Springform

#### Zutaten & Zubereitung Boden:

- 100g Mandeln (oder andere Nüsse) und 2EL Agavendicksaft sowie 3EL Kokosflocken zu einem krümeligen Teig verarbeiten (z.B. Mixer)
- 1TL Vanille-Extrakt dazugeben und voller Vorfreude nochmals mixen
- den Teig auf Backpapier ausbreiten und leicht festdrücken
- kühl stellen

#### Zutaten & Zubereitung Füllung

- 400ml Kokosmilch, 200g Kokosflocken, 1EL heller Reissirup, 1EL Kokosöl, Saft einer ½ Zitrone, 3TL Vanille-Extrakt zu einer cremigen Masse mixen
- abschmecken
- gleichmäßig auf dem Teig verteilen
- nochmals kühl stellen und sich auf das Endprodukt freuen

#### Zutaten & Zubereitung Topping

- 1 reife Mango mit 1TL Johannisbrotkernmehl gründlich pürieren, andicken lassen und auf der Kokosmasse verteilen
- nochmals kühlen und fest werden lassen (1-2h im Tiefkühler oder 4h im Kühlschrank)
- zum Schluss mit den Kernen von 2-3 Passionsfrüchten garnieren

Alles Liebe und guten Appetit wünscht Euch Eure Familie Hirsch.



### VEGGI Stammtisch

- 30.6. VEGGI Stammtisch am Lagerfeuer und Musik  
28.9. Burnout und die Möglichkeit, wie man sich selbst motiviert  
29.9. – 30.9. BioScann durch Dierk Hüllenhagen

Landhotel Sperlingsberg und Restaurant „Vitaler Hirsch“ · Sperlingsberg 2, 08451 Crimmitschau OT Gablenz  
Tel. 03762-945670

Bilder & Infos auch bei Facebook oder [www.landhotel-sperlingsberg.de](http://www.landhotel-sperlingsberg.de)

## Reihe: Richtig Würzen – Was diesen Paprika besonders macht Das Geheimnis des mallorquinischen Tap de Cortí

von der Gewürzmanufaktur „Direkt vom Feld“



Fotos: © Oliver Brennisen

Vor einigen Jahren wurde die fast ausgestorbene Sorte Tap de Cortí auf Mallorca wiederentdeckt. Dank der Initiative von SlowFood, insbesondere der Vorsitzenden Maria Solivellas, wurde sie vor ein paar Jahren ein wertvolles kulinarisches Kulturgut. Denn nur mit diesem Paprika lässt sich die „Sobrassada“ – eine mallorquinische Wurst-Spezialität – traditionell herstellen. In Zusammenarbeit mit dem erfahrensten Bio-Bauern Mallorcas, Joan Adrover, wurde ihr Vorhaben in die Tat umgesetzt. So hauchte er als einer der ersten Landwirte dem Tap de Cortí sein neues, zweites Leben ein. Mit Erfolg. Der intensive und süße Geschmack ist einzigartig, doch auch die überdurchschnittlich hohen Werte an Vitaminen und Antioxidantien machen ihn besonders reizvoll. „Nach dem 3. Labortest haben wir es dann endlich geglaubt, dass der Tap de Cortí 4-mal so viel Vitamin C besitzt wie die üblichen Paprikasorten.“, so Maria Solivellas, heutige Top-Köchin der Insel.

Doch jetzt erst beginnt die richtige Arbeit. Nach einem gelungenen Anbau auf dem Feld muss die Qualität bis zum fertigen Paprika-Pulver so gut es geht erhalten bleiben. Dafür braucht es neben Know-How vor allen Dingen Zeit.

### Selektion von Hand

Paprika reift über einen Zeitraum von rund 4-5 Wochen. Ab Anfang September ernten Joan und sein Team wöchentlich die reifsten Früchte von Hand. Somit werden die Schoten bereits auf dem Feld das erste Mal selektiert und in die Verarbeitung gelangen ausschließlich reife Früchte. Nach einigen Tagen der Lufttrocknung entfernt man per Hand die grünen Stiele.

## MAZDAZANAN – persische Naturheilkunde Weinstein – Kur

Auszüge aus „Lichtweg“ – Arbeitsgemeinschaft Schröder von Angelika Sändig

Bei Beschwerden mit unbekanntem Ursachen, Magenleiden, Versäuerungen und Regelverlust nimmt man zwei- bis dreimal täglich ein Glas heißes Wasser mit Weinsteinpulver. Man gibt 1 TL voll in ein Glas kochend heißes Wasser, rührt um und lässt klar absetzen. Das klare Wasser trinkt man dann so heiß wie möglich ab, und zwar gleich morgens nüchtern. Über den Rückstand gießt man nochmals siedendes Wasser und trinkt das Wasser nach 1-2 Stunden nach und nach nochmals ab. Bleibt kein Rückstand, gießt man nochmals je ¼ TL mit siedendem Wasser erneut auf. Solch eine Kur kann 10 Tage dauern und nach einer Pause wiederholt werden. Auch eine Kombination im Wechsel mit der Natron-Kur ist möglich. Schon nach 2-3 Tagen fühlt man sich dadurch bereits am frühen Morgen glücklich und frisch. Denn Weinstein entfernt Säuren; wir sind also

Beschädigte Früchte werden dabei erkannt und aussortiert. Die Stiele würden sowohl die Farbe, als auch den wunderbaren Geschmack des Paprikas verderben. Für Joan ist das undenkbar. Trotzdem verzichten viele Produzenten auf diesen weiteren Arbeitsschritt. Nach der Trocknung werden die Früchte in einer Steinmühle langsam zermahlen. Ein wichtiges Detail, denn bei der Zermahlung mit zu hohen Geschwindigkeiten „verbrennen“ die ätherischen Öle und verbittern den Geschmack des Paprikas. Nur wenn alle Schritte – vom gesunden Anbau, über die sorgsame Ernte bis hin zur schonenden Verarbeitung – ineinandergreifen, schmeckt der Paprika so wie er schmecken soll – fruchtig, tomatig und süß.

### Direkt vom Feld – Gewürzmanufaktur aus Flöha

Als junges Startup möchten wir auch hier bei uns in der Region etwas bewegen. Jedes gute Lebensmittel hat einen Ursprung. Den bringen wir den Menschen wieder nahe. Dafür arbeiten wir mit einer Handvoll erstklassiger Bio-Bauern direkt zusammen. Im fairen Handel sichern wir die beste und frischeste Qualität unserer Gewürze und den Erzeugern einen fairen Preis. Die Gewürze werden bei uns in Flöha von Hand abgefüllt. Neben unserer Auswahl von rund 20 Einzelgewürzen in Bio-Qualität bieten wir auch Reisen auf die Felder unsere Produzenten an.

### Komm mit zur Paprika-Ernte auf Mallorca!

Termine 2018: 7-tägige kulinarische Entdeckungsreise, 15.-22.9.2018 & 22.-29.9.2018.

**DIREKT  
VOM  
FELD**

Direkt vom Feld  
Bahnhofstr. 7b, 09557 Flöha  
[www.direktvomfeld.eu](http://www.direktvomfeld.eu)

nicht mehr sauer sondern fröhlich. Ist die Versäuerung bis zur Darmentzündung fortgeschritten oder sind Blähungen vorhanden, dann nimmt man zusätzlich Thymiantee regelmäßig alle 3h in kleineren Mengen. Er sollte stark sein, so dass man glaubt, nicht mehr als 1 TL nehmen zu können. Daneben trinkt man das Weinsteinwasser weiter für 10 Tage.

Achtung: Verwenden Sie nur reines natürliches Weinstein, kein Weinstein-Backpulver!

Nähere Informationen unter Tel. 037344-7422. Bei Unsicherheiten zur Anwendung oder ernsthaften Erkrankungen kontaktieren Sie bitte Ihren Arzt oder Heilpraktiker.

Eine liebevolle Zeit wünscht Ihnen/ Euch Gesundheitsberaterin Angelika Sändig





## Glücklich Kind sein

von Jana Münzner

Ausgelassen spielen, freudig herumtollen, versunken träumen, ungebremst neugierig die (kleine) Welt entdecken und erforschen; Erwachsene, die die kindlichen Bedürfnisse und Weisheiten wahr und ernst nehmen, die mit ihrer einfühlsamen, liebevollen Unterstützung und Präsenz den Orientierungspunkt bieten, die Trost spenden, warmherzig Einhalt gebieten und ein sicheres, geborgenes zuhause – was braucht es noch, um glücklich Kind zu sein? Ach ja, das Ganze am besten 24 Stunden am Tag...

Was seit Anbeginn der Menschheitsgeschichte bis zur industriellen Revolution natürlich gegeben war, ist heute eher die Ausnahme. Unser moderner Lebensstil fordert allerdings seinen Tribut. So nehmen Ängste bei Kindern vehement zu. Viele Grundschüler leiden an Kopfschmerzen. Die Anzahl der Diagnosen von Aufmerksamkeitsstörungen und chronischen Unruhezuständen schießt in die Höhe. Mit der medikamentösen Behandlung spüren die betroffenen Kinder diese Unruhe dann nicht mehr (so stark), allerdings auch nicht ihre Lebensfreude, ihre Traurigkeit, ihr Mitgefühl. Die Suizid(versuchs)rate unserer Jugendlichen ist immens gestiegen. Die Hauptgründe liegen heute zum einen in massiven Konflikten mit Gleichaltrigen, die auf die Jugendlichen mehr Einfluss haben als ihr Zuhause. Zum anderen hat die Orientierung an äußeren Gegebenheiten, Normen und Werten uns Erwachsene mehr oder weniger taub für unsere Intuition werden lassen. Denn normalerweise wissen wir als Mutter, Vater, Lehrerin, Erzieher **intuitiv**, was das Kind braucht, um glücklich zu sein und was wir brauchen und tun können, um ihm das zu ermöglichen – **auch und gerade** in unserer modernen Welt. Dabei hilft uns Muße, Mut und vielleicht auch die eine oder andere Inspiration von außen, unserer uns innewohnenden Weisheit (wieder) gewahr zu werden, ihr zu vertrauen und zu folgen. Vielleicht kann dieses MITEINANDERSEIN Magazin dabei helfen. Viel Freude beim Lesen und Entdecken!

Jana Münzner · Schwarzenberg · [www.amryta.de](http://www.amryta.de)

### Was steckt dahinter?

## Unsere „auffälligen“ Kinder

von Katharina Radestock, Heilerin – Schamanin – Medizinfrau

In der Aufstellungsarbeit berichten Väter oder Mütter oft über „Auffälligkeiten“ bei ihren Kindern. Mein Arbeitsansatz ist, nach den Ursachen zu schauen und diese wenn möglich aufzulösen, sie anzunehmen, sie zurückzugeben ins Familiensystem oder zu heilen. Die Ursachen können vielschichtig sein. Häufig spiegelt das „auffällige“ Kind ungelöste Themen bei den Eltern, Großeltern, Vorfahren oder am Wohnort. Manche Kinder sind mit einem Familienmitglied auf der Seelenebene sehr eng verbunden. Sie können an jemanden erinnern, der vergessen wurde (z.B. Fehlgeburten), ausgestoßen wurde, an Problemen/Krankheiten leiden, die z.B. der Urgroßvater hatte. Das Gute daran: Eine(r) beginnt für das Familiensystem zu arbeiten nach dem Motto „Healing the family tree“.

Auch zeigt sich häufig der „verlorene Zwilling“ als Ursache. In den ersten Wochen der Schwangerschaft wächst nicht nur eine befruchtete Eizelle heran, sondern zwei oder mehrere. Aus unbekanntem Grund sterben meist die anderen. Bei dem (über-)lebenden Kind kann dadurch eine unerklärliche Leere, tiefe Trauer, Schmerz, u. a. bleiben. Viele wissen, dass etwas nicht stimmt, aber nicht WAS. Ich selbst bin ein „alleingeborener Drilling“. Mein Zwilling zeigte sich während einer Aufstellung und Jahre später fand ich meinen Drilling. Endlich konnte ich meine Wut, tiefe Trauer und meinen Schmerz einordnen; sie verstehen, annehmen und heilen. Erst im Nachhinein fiel mir auf, dass ich häufig Dinge dreimal gekauft hatte. Eins behielt ich, die anderen schenkte ich meiner Mutti und meiner Schwester. Bei Aufstellungen in meiner Praxis fand sich bei vielen Klienten der „verlorene Zwilling“ als Ursache für verschiedene Ängste, Allergien, Neurodermitis, Lese-Rechtschreib-Schwäche, Probleme mit den Eltern, dem Partner, einen unbewussten Todeswunsch uvm. Gemeinsam mit Betina Schaller organisieren wir „Treffen für alleingeborene Zwillinge und Mehrlinge“ an folgenden Terminen 15.6., 31.8. und 16.11.2018 in Chemnitz.

Katharina Radestock · Chemnitz · [www.lichtherzen.com](http://www.lichtherzen.com)



## Eure Kinder

*Eure Kinder sind nicht Eure Kinder.*

*Sie sind die Söhne und die Töchter der Sehnsucht  
des Lebens nach sich selber.*

*Sie kommen durch Euch, aber nicht von Euch,  
und obwohl sie mit Euch sind, gehören sie Euch doch nicht.*

*Ihr dürft ihnen Eure Liebe geben, aber nicht Eure Gedanken.  
Denn sie haben ihre eigenen Gedanken.*

*Ihr dürft ihren Körpern ein Haus geben, aber nicht ihren Seelen.  
Denn ihre Seelen wohnen im Haus von morgen,  
das Ihr nicht besuchen könnt, nicht einmal in Euren Träumen.*

*Ihr dürft Euch bemühen, wie sie zu sein,  
aber versucht nicht, sie euch ähnlich zu machen.  
Denn das Leben läuft nicht rückwärts, noch verweilt es im Gestern.*

*Ihr seid die Bogen, von denen eure Kinder  
als lebende Pfeile ausgeschied werden.  
Der Schütze sieht das Ziel auf dem Pfad der Unendlichkeit,  
und er spannt Euch mit seiner Macht,  
damit seine Pfeile schnell und weit fliegen.  
Lasst Eure Bogen von der Hand des Schützen auf Freude gerichtet sein.  
Denn so wie er den Pfeil liebt, der fliegt,  
so liebt er auch den Bogen, der fest ist.*

Khalil Gibran

### Regeln und Normen

## Was macht Kinder wirklich glücklich?

von Jens und Bärbel Bitterlich

Darauf gibt es in unserer Zeit die vielseitigsten Antworten. Aber im Grunde hat sich die kindliche Entwicklung nicht wirklich verändert. Was sich geändert hat, ist unsere Gesellschaft. Leider ist diese Veränderung nicht nur zum Vorteil für die kindliche Entwicklung geeignet. Kinder brauchen nach wie vor klare Regeln und Normen. Dazu ist es notwendig, dass Eltern eine Vorstellung haben, wie weit der Rahmen für ein Kind sich öffnen sollte. Umso kleiner ein Kind ist, umso kleiner ist der Spielraum zwischen Essen, Schlafen und Spielen; umso größer ein Kind wird, umso mehr öffnen sich die Regeln und Rhythmen. Ein Kind, das klare Regeln und Rhythmen kennengelernt hat, ist viel schneller glücklich und zufrieden, als ein Kind, dem das unbekannt ist.

Die Folge ist eine Überforderung der Kinder und permanente Reibung zwischen Eltern, Erziehern und Kind. Diese Reibung macht Kinder unglücklich und verhindert eine erfolgreiche Kindheit. Kinder, die die Gelegenheit haben, lange in sich zu ruhen, werden in späteren Jahren davon zehren, denn sie haben Kräfte gespart, die sie nun nutzen können. Kinder brauchen Erwachsene, die eine Vorstellung von der kindlichen Entwicklung besitzen, die Ruhe haben abzuwarten, bis das Kind den nächsten Entwicklungsschritt selbst vollzieht und auch bereit sind, auf eigene Bequemlichkeiten zu verzichten um des Kindes willen. Für ihre Moralentwicklung brauchen Kinder u. a. Märchen, die ihnen erzählt werden (ohne Bilder). Denn in den Märchen erfahren sie alles, was sie für ihr späteres Leben brauchen.

Jens & Bärbel Bitterlich [www.schulberatung-bitterlich.de](http://www.schulberatung-bitterlich.de) · [www.maerchen-galerie.de](http://www.maerchen-galerie.de)

## Festival „In Liebe wachsen“

20. bis 22. Juli 2018 · Jugendherberge Chemnitz, Augustusburger Str. 369

Damit ein kleiner Mensch seelisch und geistig gesund wachsen kann, ist es wichtig, auf seine Bedürfnisse einzugehen, ihn zu sehen und bedingungslos zu lieben. Unsere gesellschaftlichen Werte und Normen im Umgang mit Kindern stehen damit größtenteils nicht im Einklang. Wir wollen mit unserem Festival einen Ort des offenen Austausches über unsere Gefühle, Gedanken & Ängste schaffen und uns gegenseitig bestärken, wieder mehr auf unsere natürliche Intuition zu vertrauen.



[www.inliebewachsen-festival.de](http://www.inliebewachsen-festival.de)





## Angebote für Kinder

von Partnern des Netzwerks MiteinanderSein



Im **Kontrast Reich** finden Kangakurse für Mutter und Kind, der Pi-Pa-Po Elternkurs und Kinderyoga ab 4 Jahre statt. In der Praxis für Lerntherapie werden Einzeltermine für Aerialyoga, Kleingruppen im Tuchyoga und Einzelbegleitung bei Lernproblemen vereinbart. Details unter [www.kontrast-reich-training.de](http://www.kontrast-reich-training.de) oder Tel. 0177-8587507



GGAB – Ganzheitliche Geistige Aufrichtung und Begradigung für Kinder in der Gruppe an jedem 2. Mittwoch um 17 Uhr in der **Reiki-Oase** in Limbach-O. bei einer Runde frischem Kräutertee. GGAB löst Beckenschiefstand auf, begradigt die Wirbelsäule & gleicht die Gehirnhälften nachhaltig aus. Auch für Mama, Papa, Oma und Opa gut. Kommt und staunt! Tel. 03722-92836



Kinder haben noch diese Natürlichkeit, dieses Authentischsein, entdecken die Welt neugierig und ohne Wertung, verstecken sich nicht hinter Alltagsmasken... Warum nicht auch als Erwachsener wieder mal ein Stück weit Kind sein, sich selbst neu zu entdecken...? **Naturnahe Fotoshootings von Mensch und Tier:** [www.gluecksbegleiterin.de](http://www.gluecksbegleiterin.de), Tel. 037465-40535



Raum für Achtsamkeit, Begegnung und Berührungen. Kinder verschwinden aus der Öffentlichkeit, Spielplätze bleiben leer, Restaurants locken mit erholsamer Ruhe... Das gab **Yvonne Nietsch** den Anstoß, bei ihren Angeboten die Kinder explizit mit einzuladen. Sie dürfen mitmachen oder einfach nur da sein. Kinder sind immer eine Bereicherung, sagt Yvonne Nietsch. Ihr neues Angebot finden Sie auf Seite 11 · Tel. 0160-7988471



Kinderschminken ~ Kinderyoga Kurse ~ Tagesworkshop für Erwachsene „Erlernen der Basics von Kidsyoga“ in Chemnitz und Umgebung mit **Sitara Schmidt** Anfragen unter Tel. 0176-56978911 oder per E-Mail [MaZariSitara@yahoo.de](mailto:MaZariSitara@yahoo.de)



Die Geburt ist geschafft – das Baby da, Start der aufregendsten Reise unseres Lebens! Ein Jahr bezahlte Elternzeit ist schnell vorbei. Und dann? Geben wir unser Kind in die KiTa? Oder betreuen wir es selbst? **Wir haben uns entschieden, unsere Kinder in den ersten Jahren selbst zu betreuen.** Infos, Argumente & Anregungen: [www.bindungsstark-wachsen.de](http://www.bindungsstark-wachsen.de)



Kopf leer? Konzentrationsschwäche? Schulstress? LRS? Rechenprobleme? ADHS? Die praktische Pädagogik arbeitet punktgenau an den Ursachen und verändert einfach, grundlegend, wirkungsvoll. Stressmuster werden aufgelöst, indem wir gezielte Bewegungsübungen durchführen und alle Gehirnareale aktivieren. **Petra Klausnitzer** · Tel. 0177-8808828 · [www.balance-erfahren.de](http://www.balance-erfahren.de)

© Philippe Devanne [www.philippe-devanne.fr](http://www.philippe-devanne.fr)

## Geburtstagspony

**Geburtstagspony – ein Angebot für Kinder ab ca. 5 bis 12 Jahre. Ideal sind 6 bis 8 Kinder und 2 Ponys.** Ein ca. dreistündiges Überraschungsevent; Ponys kennenlernen, bemalen, im Anschluss ein geführter Ritt bzw. Wanderung als Gruppe zum Thema: mit allen Sinnen erleben, wahrnehmen, entdecken...in die vogtländische Natur. Mitzubringen sind gute Laune, wetterfeste Kleidung, feste Schuhe und Reit- bzw. Fahrradhelm.



Annett Müller, Reittherapeutin und zert. Waldpädagogin · Tel. 0152-02031059  
Therapiehof Ringoranch, 08496 Neumark, Oberneumarker Straße 44

## Metamorphose-Methode für Kinder Wachstum und Entfaltung

von Sina Ebersbach



Mein Name ist Sina Ebersbach, ich bin ausgebildete Reflexzonentherapeutin und arbeite in eigener Praxis für Frauen und Kinder. Mein Anliegen ist es, Kinder auf ihrem Weg zu begleiten und sie bei ihrer Entfaltung und Selbstheilung zu unterstützen.

Die Metamorphose-Methode wurde in den 50er Jahren aus einer chinesischen Behandlungsmethode (der Reflexzonentherapie) von Robert St. Jahn weiterentwickelt. Der Hintergrund ist die Annahme, dass sich die heutigen körperlichen, geistigen und seelischen Muster bereits vor der Geburt verfestigt haben. Die Metamorphose-Methode bringt diese ans Licht und ermöglicht ein Loslassen sowie Verändern. Es wird eine sanfte Berührung bestimmter Bereiche an Füßen, Händen und Kopf angewandt, um tief verwurzelte Energieblockierungen im Inneren des Menschen zu lösen. Ohne Richtungsvorgabe oder äußerem Einfluss kann der Empfänger auf seine eigenen Bedürfnisse und Fähigkeiten sensibilisiert werden, was die Möglichkeit einer Besserung auf körperlicher, wie auch geistig/seelischer Ebene hervorruft.



### Bei welchen Symptomen ist dies geeignet:

- Traumata während der Schwangerschaft und/oder rund um und nach der Geburt
- Auffälligkeiten im Verhalten: z. B. hyperaktiv, aggressiv, überängstigt, nächtliches Einnässen, AD(H)S
- körperlichen und geistigen Defiziten, Behinderung
- Entwicklungsstörungen oder Verzögerungen
- Lern- und Konzentrationsschwäche



Für Terminvereinbarungen oder mehr Information:  
**Praxis Patchouli · Energiearbeit für Frauen und Kinder in Fraureuth**  
Tel. 0176-45832724 · [www.patchouli-energiearbeit.de](http://www.patchouli-energiearbeit.de)

## Kinder und Süßes

von Nicol Kirschke

Oh, wir sehr freuen wir uns, wenn die Kinder lieb und brav sind. Und um ihnen unsere Liebe zu zeigen, bekommen sie zur Belohnung etwas Süßes. Kommt Ihnen das bekannt vor? Ohne uns darüber bewusst zu sein, drängen wir unsere Kinder so in die Abhängigkeit von Zucker und die meisten, wenn nicht sogar alle von uns, sind selbst in dieser Sucht gefangen.



Unsere Kinder sehen uns als Vorbild und vertrauen darauf, dass das, was wir ihnen geben, gut für sie ist. Wie sollen sie erkennen, dass Zucker eine Droge ist? Der Zuckerkonsum und seine Gefahren werden nicht ausreichend kommuniziert und doch ist jedem von uns eigentlich klar, wie ungesund er ist. Ein Süchtiger wird sich jedoch selten seiner Sucht bewusst. Für jeden von uns und vor allem für Eltern ist es daher wichtiger denn je, sich mit diesem Thema zu beschäftigen. Von der Industrie werden zudem immer mehr „gesunde“ Alternativen, wie z.B. Agavendicksaft, Honig, Datteln, Birkenzucker, usw., angeboten. Was hat es damit eigentlich wirklich auf sich? Wie viel Zucker können wir unbedenklich essen? Und wie können wir unsere Kinder und uns selbst schützen? Um diese und weitere Fragen dreht es sich bei unserem Themenabend: „Zucker – unser täglich Brot“. Neben einem zuckerfreien, bio-veganen Snack-Buffer wird es auch praktische Tipps zum Mitmachen und Rezepte für den Alltag geben. Für das leibliche Wohl ist also gesorgt.

**Veranstaltungsort:** Leipzig-Gohlis, Quedlinburger Str. 37  
**Datum:** Freitag, 29.06.2018, 18 – 22 Uhr (max. 8 Personen)  
**Kosten:** Energieaustausch 25,- €

Anmeldung bei Nicol Kirschke  
Tel. 0176-70703165 · [www.strahlendegesundheit.de](http://www.strahlendegesundheit.de)





## Praxisbewährte Methoden mit der Peter Hess®-Klangpädagogik Kinder in ihrer Entwicklung mit Klang unterstützen

von Ulrich Krause, Wissenschaftlicher Mitarbeiter am Peter Hess® Institut



### Entspannung und Klang-Förderspiele für Kinder in der Familie, im Kindergarten und in der Schule für ein gesundes, erfülltes und glückliches Leben.

Wer wünscht sich nicht, dass sein Kind sich zu einer kreativen, selbstbewussten und sozial-emotionalen Persönlichkeit entwickelt? Zur Ruhe finden, sich zu sammeln und sich zu konzentrieren, sich auf einen Lernabschnitt oder eine Aufgabe vorzubereiten, ist eine wesentliche Voraussetzung für erfolgreiches Lernen. Nur, wie schafft man diese Bedingungen?

Reizüberflutung und Konzentrationsmängel sind auffällige Erscheinungen in der jetzigen Kindergeneration. Kinder mit Sprache und Klang begeistern; Berührung, Förderung und Entwicklung aller Sinne und eine bewusste Körperwahrnehmung sind elementare Bestandteile der Peter Hess®-Klangpädagogik. Entspannte Kinder können uns mit ihrer Kraft, Kreativität sowie Lern- und Lebensfreude in Erstaunen versetzen. Kinder in Achtsamkeit und Wertschätzung zu begleiten und ihre Selbstwahrnehmung zu stärken, gibt ihnen die Möglichkeit, ein Bewusstsein für die eigenen Gedanken und deren Wichtigkeit zu entwickeln.

Die Klänge der Klangschalen führen die Kinder in eine wohltuende Ruhe und steigern somit ihre Konzentration, Aufmerksamkeit und Merkfähigkeit. Außerdem regen sie bei den Kindern die Fantasie und Erzählfreude an. Hierdurch können Kinder gleichzeitig innere Spannungen, Ängste und Erlebnisse besser für sich verarbeiten.

Der Klang führt schnell in einen Zustand der Ruhe und Entspannung und trägt somit zur Gesunderhaltung und Gesundheitsförderung bei. Alle Lebewesen sind schwingende Systeme, die ihr eigenes Schwingungsmuster haben. Die Schwingungen der Klangschalen korrespondieren mit den körpereigenen Schwingungen – gehen damit in Resonanz. Defizite der körpereigenen Frequenzen werden somit ausgeglichen. Körperliche und seelische Blockaden können sich dadurch lösen. Die wohltuenden Klänge der Klangschalen werden über das Gehör aufgenommen und haben stimulierende Wirkung auf das Emotionszentrum im Gehirn. Regeneration auf allen Ebenen kann durch die Schwingungen und Klang erreicht werden.

Die Klangpädagogik unterstützt durch praxiserprobte Methoden bei der täglichen Umsetzung in Kindergärten und Schule diese Ziele. Die Erfahrungen haben gezeigt, wie der Klang mit seinen Schwingungen die Kinder erreicht, sie schnell in einen Zustand der Ruhe und Entspannung kommen und sie in ihrem Handeln positiv unterstützen, motivieren, aktivieren und fördern kann.

### Fantasie- und Klangreisen für Kinder

**Die Kraft der inneren Bilder.** Kinder leben oft in ihrer eigenen Fantasiewelt. Hier entwickeln sie Kreativität und Ideenreichtum, die für ihre Entwicklung wichtig sind und gefördert werden sollten. Ausgewählte und bewährte Fantasiereisen in einem Klangraum bieten hier wunderbare Möglichkeiten, sich ihre eigene Welt zu entwickeln und transparent zu machen.

Die Kinder lieben aber auch aktive Klanggeschichten und Klangreisen, weil sie sich selber mit in die Geschichte einbringen können. Sie haben hier die Möglichkeit, die Klanggeschichte selber zu erzählen und weiter zu entwickeln. Ihre Fantasie, ihre Vorstellungskraft, ihr Sprachverständnis und ihre Sprachbereitschaft werden bei diesen Klanggeschichten positiv beeinflusst. Dadurch, dass ihre Beiträge im Fortlauf der Geschichte berücksichtigt werden, fühlen sie sich ernst genommen und werden selbstbewusster.

Zudem werden die Kinder dadurch zu empathischen Zuhörern, weil sie innerhalb der Gruppe aufeinander achtgeben. Sie helfen sich gegenseitig, Schwierigkeiten und Herausforderungen (bei der Fortführung der Klanggeschichte) zu bewältigen. Hier lernen sie eine Handlungskompetenz, die für ihr späteres Leben wichtig ist.

### Das Peter Hess® Zentrum Sachsen in Brand-Erbisdorf

Leiter: Andreas Kreuzfeld (Klangpädagogie, Entspannungstrainer für Fantasie- und Klangreisen, Heilpraktiker für Psychotherapie)

### Workshop „Klangschalen – mit allen Sinnen spielen und lernen“ · Klangspiele zur Förderung der Sinne (5,5 Stunden)

Klangschalen regen alle Sinne an. Sie glänzen golden und wenn man sie mit den Fingerringen berührt oder mit einem Schlägel zum

Klingen bringt, ertönt ein vielfältiger Klang. Dieser setzt sowohl einen akustischen als auch vibro-taktilen Reiz und stimuliert dadurch gleichzeitig die auditive und somato-sensorische Wahrnehmung. Der Klang weckt Aufmerksamkeit und berührt auf emotional wohltuende Weise. In diesem Workshop lernen Sie Förder-Spiele mit Klangschalen kennen, die mit Kindern wunderbar umzusetzen sind.

### Die Förderspiele:

- schulen die Sinneswahrnehmung, die zentrale Grundlage für Kommunikation und Lernen ist,
- stärken das Selbstwertgefühl und fördern das Selbstvertrauen,
- fördern Grob- und Feinmotorik,
- motivieren die Kinder und stärken dadurch ihre Konzentration und Ausdauer,
- regen die Fantasie an und fördern damit Kreativität als wichtige Basis für Lösungskompetenz,
- stärken die sozialen und kommunikativen Fähigkeiten der Kinder.
- Gehen Sie mit uns auf Entdeckungsreise und lernen Sie die vielfältigen Möglichkeiten des gezielten Einsatzes von Klangschalen kennen.

Im Peter Hess® Zentrum Sachsen werden vielfältige Möglichkeiten der Klangentspannung und Lernförderung angeboten. So z. B. regelmäßige Angebote wie Klangentspannung für Kinder in der Gruppe (4-10 Jahre). Hier können die Eltern/Großeltern ebenso teilnehmen. Es gibt ebenfalls Angebote für ältere Kinder und Erwachsene.

### Informieren Sie sich gern auf der Webseite des Zentrums:

[www.peter-hess-zentrum-sachsen.de](http://www.peter-hess-zentrum-sachsen.de)

E-Mail: [info@peter-hess-zentrum-sachsen.de](mailto:info@peter-hess-zentrum-sachsen.de)

Die Peter Hess®-Klangpädagogik bietet in der Praxis bewährte Workshops und Seminare für Erzieher/Erzieherinnen, Pädagogen/Pädagoginnen, Eltern und Großeltern an.

Die Seminare sind durch die Steinbeis-Hochschule Berlin zertifiziert und entsprechen den Qualitäts- und Ethikrichtlinien der Freien und beratenden Gesundheitsberufe.

[www.peter-hess-institut.de](http://www.peter-hess-institut.de)





## Kräuter-Angebote

von Partnern des Netzwerks MiteinanderSein

### Kräuter in Duft und Harmonie (er)leben – krei-ere Deine eigene Essenz

Ob Wurzeln, Blüten, Samen – auch Du kannst Dich daran erlaben. Heilsam & mittelsam, voller Energie & Schwingung, kannst Du die Natur mit Deinen Sinnen (er)leben. Kreiere Dir Dein Elixier, das Dich begleitet, so wie Du vorwärts schreitest. Infos unter Tel. 0371 – 23376160 · www.sanskiva.com/lichtessenzenz-kreieren



### Kräuterkurse im Hotel Forstmeister

Inmitten herrlicher Natur befindet sich das Hotel Forstmeister mit Restaurant, Panoramasauland, Sonnenterasse, Kräutergarten und Kräuterlehrpfad. Unser Haus ist für seine Kräuterspezialitäten und Kurse bekannt. Wir bieten von Mai bis Oktober Kräuterwanderungen, Kräuterkochkurse und Kräuterbackkurse an. Aktuelle Termine unter www.forstmeister.de.



### Kräutergarten „Hagazussa“

Ein Ort für Kräuter, Erholung, Urigkeit und individuelle Outdoor-Veranstaltungen. Egal ob Geburtstag, Firmenveranstaltung oder Familienfeier – wer das Rustikale mag, wird unseren Kräutergarten lieben. Mobil & Whatsapp: 0163 – 6151601 · www.kraeutergarten-hagazussa.de



### Mondfee – magisches Räucherwerk

Ich komme zu Euch zum Räuchervortrag und biete energetische Hausreinigungen an. In meinem Internetshop findest Du alles zum Räuchern: starke Kräuter, Harze, Räuchermischungen, viele Tipps und alles Zubehör. Komm gerne auch persönlich vorbei. Bitte tel. Anmeldung: 037421 – 20903 08606 Taltitz, Unterlosaerstr. 26 · www.mondfee.de



## Heil- und Wildkräuterspaziergänge und Seminare Termine 2018 mit Grit Tetzner

### Kräuter-Kraftkreis

jeden 2. Mittwoch im Monat von 18:00 – 20:00 Uhr  
9.5. Lein | 13.6. Baldrian | 11.7. Königskerze

### Kräuterspaziergänge

- So · 27.05. 10:30 und 14:00 Uhr während des **BASILIKUM – Kräuter- und Pflanzenmarktes** im Grünfelder Park in Waldenburg
- Di · 26.06. 18:30 – 21:00 Uhr **Sommerabendlicher Wald- und Wiesenkräuterspaziergang** auf dem Guidohof Uhlendorf
- So · 25.08. 14:30 – 19:00 Uhr **Kräuter und Klang** mit Ruth Röllner im Waldenburger Muldental



### Seminare

- So · 04.08. 14:00 Uhr Workshop „**Heilpflanze Kakao – Glückshormonbringer und Energielieferant**“ zum Schokoladenfestival „EuroBean“, Schloss Rochsburg
- Sa · 22.09. 15:00 – 18:00 Uhr „**Zum eigenen Rhythmus zurückfinden**“ – **Das Herz und seine heilenden Pflanzen.**“ Kräuterhof „Landsprosse“ in Gärnsdorf/Lichtenau im Chemnitztal

Wie immer besteht die Möglichkeit, individuelle Spaziergänge und Seminare (ab 5 Teilnehmer) zu buchen:

- im eigenem Garten oder in der freien Natur
- im städtischen Bereich (ja, auch da findet man vieles)
- in den eigenen Räumen (hier diverse Workshop- oder Vortragsthemen, z. B. Frauenkräuter, Herzpflanzen, Herstellung eigener Heilmittel, Baumheilkunde, Räuchern, Wohlfühlöle etc.)

Grit Tetzner · Phytologin, Ganzheitliche Heilpflanzenkundlerin  
Brunnenweg 7, 08396 Waldenburg OT Niederwinkel  
Tel. 037608 – 36569, 0159 – 03028415 · grit.tetzner@pflanzen-verbundete.de

## Vorgestellt Wildkräuterwandern

von Sonja Röpke

Diese Einladung zum Wildkräuterwandern und Kennenlernen / Vertiefen, zum Schlemmen und Ausspannen in herrlicher Umgebung in unserer schönen Heimat richtet sich an alle Naturverbundenen, Wald- und Wiesengänger und Gesundheitsinteressierten. Wildkräuter sind ein kostenloses Geschenk der Natur mit einem viel höheren Vitalitäts-, Vitamin- und Mineralstoffgehalt als gezogenes Gemüse, das zudem noch lange Transportwege, Lagerhaltung, Begasung zum Frischhalten hinter sich hat.



Wildkräuterwanderungen mit anschließendem köstlichen und gesundem Buffet führe ich schon seit 17 Jahren durch, und nun das zweite Jahr in Trünzig, meiner neuen Wahlheimat am Wald. Die Wanderungen sind weder lang, noch anstrengend, auch sollten / dürfen Kinder mit dabei sein und Männer natürlich auch!

### Wildkräuterwanderung am 19.05.2018 in Trünzig

Los geht es um 10.00 Uhr; wo wir uns treffen, gebe ich allen Teilnehmern noch bekannt. Unbedingte telefonische Anmeldung ist erforderlich; sollte die Gruppe zu groß werden, können wir auch gerne auf den 20.05. erweitern. Energieausgleich pro Teilnehmer: 25,- Euro inkl. Buffet, bitte für's Wildkräuterpesto ein Marmeladenglas mit Deckel mitbringen.

### Fastenwandern (Basenfasten) im Elstertal 10.–17.05.2018

Noch 2 Plätze sind frei.

Gesundheitspraxis Sonja Röpke · Trünzig in der Nähe von Blankenhain  
Fastenleiter, Gesundheitspraktiker, Lebensberater, Fachberater Hobby  
Tel. 0366 – 08654229 (AB geschaltet) · www.gesundheitsreisen-sonni.com

## Leben mit Wildkräutern und Heilpflanzen „Kräuter-Gut“ Elisabeth Püschmann

**Kräuterfrau** – als solche darf ich das alte Wissen der weisen Kräuterkundigen neu entdecken und in der heutigen Zeit an Sie weiter geben. **Wildkräuter und Heilpflanzen** können in jeder Jahreszeit als vielseitige Projekte und Themen für Bildung und Nachhaltigkeit, bei Festen und Ritualen im Jahreskreis oder als Delikatessen genossen sowie verarbeitet und haltbar gemacht werden. Auch dürfen sie als Wohltutkräuter oder Pflanzenkulturen im Kräutergarten gepflegt, für alte Handwerkstechniken sowie als KulturGut in Stadt und Land genutzt werden.

**Ab April 2018** wird das „Kräuter-Gut“ einen festen Standort haben. Die „Wild- & Heilkräuter-Werkstatt“ sowie der Abend „Am Kräuter-Gut-Tisch“ finden in diesem Jahr als regelmäßige Angebote in 09405 Dittmannsdorf, welches auch liebevoll „Klein Tirol“ genannt wird, statt. Das „Kräuter-Gut“ hat ebenfalls ab diesem Zeitpunkt in der Hauptstraße 58 sein Zuhause. Ich freue mich sehr darüber, dass ich Sie an diesem Ort begrüßen kann. **NEU: Beim „Kräuter-Gut-Tisch“ Abend** möchte ich Sie gern im „Kräuter-Gut“ zu Tisch bitten.



- „Um den Tisch bitten“ – verschiedene Themen einzelner Wild- & Heilpflanzen entsprechend der Jahreszeit besser kennen lernen.
- „In den „Kräuter-Gut“-Garten bitten“ – miteinander erkennen und sammeln.
- „An den Tisch bitten“ – miteinander zubereiten und verarbeiten.
- „Zu Tisch bitten“ – miteinander genießen und im Erfahrungsaustausch sein. Lassen Sie sich überraschen und seien Sie herzlich willkommen!

Ebenso neu in diesem Jahr: ab August 2018 findet das Seminar „**Im Jahreskreis der Natur – auf dem Weg vom Mädchen zur Frau**“ statt. Es bietet eine Ergänzung zur Jugendweihe. Mehr Informationen dazu finden Sie unter [www.kraeuter-gut.de/maedchen](http://www.kraeuter-gut.de/maedchen).

Kräuterfrau Elisabeth Püschmann · Kräuterpädagogin BNE · [info@kraeuter-gut.de](mailto:info@kraeuter-gut.de)





## Neue Reihe: Zurück zur Natur – Pflanzliche Antibiotika

### Lauchgewächse

von Christine Altendorf

Ich bin Heilpraktikerin in dem kleinen Ort Gernrode /Quedlinburg direkt am Rande des Harzes. Mein Wohnort mit seiner herrlichen Umgebung von Wald und Wiesen macht es mir leicht, die Naturnähe zu leben und schenkt mir die Heilpflanzen, die ich brauche, um ein gesundes Leben zu führen. Ich verstehe unter Krankheit einen aus dem Gleichgewicht gekommenen Körperzustand mit einem gesunkenen Energiepotential. Aus eigener Erfahrung kann ich sagen, dass der häufige Gebrauch von Antibiotika-Präparaten das physiologische Gleichgewicht unserer Mikroorganismen im Körper, vorrangig die natürliche Besiedlung der Darmschleimhaut, weitgehend zerstört. Infektanfälligkeit, Verdauungsstörungen, Pilzbefall, allergische Reaktionen können folgen. Ich entferne mich damit noch mehr aus meinem Gleichgewicht.

Ein großer Vorteil der pflanzlichen Antibiotika besteht darin, dass ihre Inhaltsstoffe gegen krankmachende Bakterien, aber auch gegen Viren und Pilze wirken und uns unterstützende Mikroorganismen, z.B. in der Darmflora, leben lassen. Pflanzliche Antibiotika regen unsere natürlichen Selbstheilungskräfte an und stärken sie. Sie versorgen uns mit Mineralien, Vitaminen, Spurenelementen und Enzymen.

Eine große Gruppe der pflanzlichen Antibiotika sind die Lauchgewächse, Alliaceae. Sie enthalten den Wirkstoff Allicin mit antibiotischen Eigenschaften. Dazu gehören die Küchenzwiebel, der Knoblauch, der Schnittlauch und der Bärlauch. Ein gut wirkendes altes Hausmittel ist der Zwiebelsirup, der sich bildet, wenn man Zwiebelwürfel mit Zucker bestreut und an einen warmen Ort stellt. Geeignet ist er bei allen Erkältungen der oberen Atemwege und besonders gut für Kinder, da das Auszugsmittel Alkohol nicht benötigt wird.

**Bärlauch** ist die Wildart der Lauchgewächse. Neben der antibiotischen Wirkung, hilft er im Frühjahr, unseren Körper zu reinigen. Das Chlorophyll, als Sonnenenergiespeicher, kurbelt unseren Stoffwechsel an. Es aktiviert unsere Lebensenergie und macht uns munter. Der Bärlauch hat, ähnlich dem Knoblauch, eine positive Wirkung auf unsere Blutgefäße, die Fließeigenschaft des Blutes und den Blutdruck. Eine Erkenntnis aus der Neuzeit: Bärlauch bindet Schwermetalle und kann mit dieser Eigenschaft erfolgreich zur Amalgamsanierung eingesetzt werden. Ich freue mich jedes Jahr auf dieses erste Grün als Zugabe zum Quark, Salat, Auflauf, Pizza, Obst-Smoothie. Der Kreativität sind da keine Grenzen gesetzt und übrigens auch die Knospen und Blüten schmecken, die



Blätter sammele ich zur Blütezeit nicht mehr. Immer wieder wird vor einer Verwechslung mit Maiglöckchen oder Herbstzeitlose gewarnt. Mit Wissen über die Unterscheidungsmerkmale ist das nicht möglich. Deshalb möchte ich mit Kräuterwanderungen und Heilpflanzenseminaren den Teilnehmern das theoretische und praktische Wissen vermitteln und die Lust wecken, eigenverantwortlich für sich und seine Familie eine Hausapotheke von der Wiese herzustellen.

In der nächsten Folge „Pflanzlichen Antibiotika“ stelle ich Ihnen Pflanzen vor, die Senföle enthalten, z.B. Meerrettich, die Brunnenkresse, Kapuzinerkresse und Knoblauchsrauke.

Bei meinen Fastenwanderkursen mit Kräuterkunde gebe ich gern mein Kräuterwissen weiter und erkläre die Heilpflanzen am Wegesrand in Wirkung und Anwendung. Über das Kennenlernen mit allen Sinnen: Durch Sehen, Fühlen, Riechen und Schmecken prägen sie sich dem Teilnehmer gut ein. Ich mag es, Menschen zu begegnen, die meine Naturliebe teilen.

**Fastenwandern mit Kräuterkunde** am 06.–11.05.2018 und 30.9.–5.10. 2018 inkl. Wanderung an sagenhafte Orte im Harz, Kennenlernen u. Sammeln der Heilpflanzen, weitere Infos: [www.fasten-wandern-zentrale.de](http://www.fasten-wandern-zentrale.de)



**Naturheilpraxis Christine Altendorf**  
Feldweg 15, 06485 Quedlinburg OT Gernrode  
Tel. 039485/65 99 44 · [c.altendorf@gmx.de](mailto:c.altendorf@gmx.de)  
[www.NHP-Altendorf.blogspot.de](http://www.NHP-Altendorf.blogspot.de)

## Permakultur im Jahreskreis – der Sommer

von Sebastian Kramer

Im Sommer können wir die ersten Früchte einholen. Die Voranzucht des Frühjahrs hat sich gut im gemulchten Boden entwickelt. Wunderschöne, vitale Pflanzen sind nun der Dank. Kohlrabi, Knollenfenchel, Tomaten, Bohnen, Salate und andere Frühkulturen gibt es jetzt zu Genüge.

Die sommerlichen Aufgaben im Permakulturgarten sind es jetzt, für einen regelmäßigen Nachschub an Jungpflanzen zu sorgen, welche an die abgeernteten Stellen kommen. Außerdem ist es ratsam, die Gartenflächen im Sommer noch einmal zu mulchen, um ein übermäßiges Austrocknen zu vermeiden. Dies spart Gießkannen schleppen und Beikraut jäten! Hierzu eignet sich der überall anfallende Grasschnitt. Wenn man die Möglichkeit hat, sollte dieser ohne Fangkorb direkt auf die Wiese fallen und dort einen Tag antrocknen. Man kann auch den frischen Grasschnitt verwenden, nur sollte dieser dann sehr dünn um die Pflanzen verteilt werden, damit die Gefahr der Schimmelbildung ausgeschlossen wird. Meine Erfahrung zeigt jedoch, das „fluffige“ Materialien, wie angewelkter Grasschnitt, Stroh oder Laub das Bodenleben besser fördern als das „zusammengepappte“ Gras aus dem Rasenmäherkorb.

Des Weiteren ist nun auch die Zeit, an das Saatgut der einjährigen Kulturen, wie Salate, Bohnen, Kürbisgewächse, Mais, Blumen, Tomaten, Gurken usw. zu denken. Denn das Vermehren der eigenen Gemüsekulturen schließt einen weiteren Kreis im Permakulturgarten. Durch Dein selbst vermehrtes Saatgut wirst Du im nächsten Jahr noch größere Erfolge haben, da sich Deine Pflanzen schon eine Generation lang an Dein individuelles Gartenklima angepasst haben. Wähle hierbei die für Dich

schönsten Pflanzen und markiere diese, damit sie sich nicht aus Versehen in Deinem Erntekorb wiederfinden. Achte bei Fremdbefruchtern wie Kürbisgewächse und Bohnen darauf, dass mindestens 7-10 Pflanzen für eine gute Bestäubung und Samenbildung zur Verfügung stehen. Bei Selbstbefruchtern wie Salat reicht auch schon eine Pflanze, um ihre Informationen an die nächste Generation weiter zu geben. Wer sich mit dem Thema Saatgutvermehrung im Hausgarten eingehend beschäftigen möchte, dem sei das Buch „Handbuch Samengärtnerei“ aus dem Ulmer Verlag wärmstens ans Herz gelegt.

### Jungpflanzen-Markt am 12.5.2018

Auch hier möchte ich noch einmal auf unseren Jungpflanzen-Markt am Sa., 12. Mai, von 11:00 – 16:00 Uhr hinweisen. Natürlich sind alle Pflanzen aus samenfestem Saatgut und zur eigenen Weitervermehrung geeignet.

### Gartenführungen

Des Weiteren bieten wir in den Sommermonaten Gartenführungen an, in welchen unser Anbausystem an Interessierte weitergegeben wird. Die nächsten Termine dafür sind am Samstag, 28. Juli von 15:00 – ca. 17:00 Uhr und Freitag, 3. August von 17:30 – ca. 19:30 Uhr. Weitere Information findet Ihr auf unserer Internetseite.



**Sebastian Kramer · Landgarten Potpourri e.V.**  
Crossenerstr. 4, 08132 Mülsen  
Tel. 037604 – 334998 · [kontakt@landgarten-potpourri.de](mailto:kontakt@landgarten-potpourri.de)  
[www.landgarten-potpourri.de](http://www.landgarten-potpourri.de)





## Ein Balsam für Körper und Seele. So free – RINGANA

von Steffi Gruß



Die Haut, als größtes Organ unseres Körpers, ist dankbar für jede frische und hoch effektive Nahrung. Und auch Deine inneren Organe möchten durch Reinigung und Vitalität gepflegt sein. Dazu noch ökologisch, fair gehandelt und ethisch. Genuss auf allen Ebenen. Wie wertgeschätzt fühlst du Dich? **Steffi Gruß** · Tel. 0160-92963601 [www.landgarten-potpourri.de](http://www.landgarten-potpourri.de)

Ich bin **Birgit Gutmann** aus Zwickau und nebenberuflich eine begeisterte Ringana-Partnerin. Es macht wahnsinnig viel Spaß, gemeinsam mit meinen Töchtern Sandra und Kristin diese in Europa einzigartigen und wirkungsvollsten veganen Produkte zu verwenden und weiterzuempfehlen. Bei Interesse bitte unter der Tel. 0160-6069851 melden.

Lebensfreude lässt sich nicht künstlich herstellen. Denn wir sind uns sicher: ausschließlich frische, hochwertige, reine Zutaten erzielen 100% Wirkung. Unsere Vision ist es, allen Menschen ein gutes Leben in einer besseren und gesünderen Welt zu ermöglichen. Wissenschaftliche Erkenntnisse, traditionelle Lehren und die Natur ermöglichen uns ein hohes Maß an Qualität und gewährleisten Nachhaltigkeit entlang der gesamten Wertschöpfungskette. **Sandra & Kristin Gutmann** [www.feelfreshvibes.com](http://www.feelfreshvibes.com) · [kristin.b.gutmann@gmail.com](mailto:kristin.b.gutmann@gmail.com)

Warum ich Ringana gut finde? Weil in allen Produkten 100% Natur steckt! Das heißt: keine Füllstoffe, keine Mineralöle, keine Chemie, keine Konservierungsstoffe, keine Lösungsmittel, keine hormonaktiven Substanzen. Wichtig: Es werden keine Tierversuche durchgeführt. **Angela Knopf** · [angelaknopf@gmx.de](mailto:angelaknopf@gmx.de) · Tel. 0173-7345466



## Fernöstliche Behandlungen in Wiesa bei Annaberg Tinas Entspannungs-Oase

von Tina Gründel

Genießen Sie Ruhe und Entspannung mit wohltuenden Kräutergetränken in unserem kleinen gemütlichen Studio bei der 4. erzgebirgischen Kräuterkönigin. Fachmännische Beratung in den Behandlungen sowohl für die Heimpflege und bei Kräuterfragen.

### Unser Angebot:

- Badewonne im Whirlbad
- Ayurveda-Ganzkörpermassage
- Lomi-Lomi-Nui-Ganzkörpermassage
- Anti-Stress-Rückenmassage
- asiatische Gesichtspinselmassage
- „Zarte Hände“ Verwöhnprogramm
- Energie-Rückenmassage mit Naturmagneten
- Paar- & Single-Kind-Behandlung
- Sauerstoffinhalation nach Prof. Ardenne
- Ohrkerzenbehandlung
- Infrarotkabine uvm.



**Naturkosmetik:** Pflegende Momente genießen unter dem Sternenhimmel, große Behandlungsauswahl wie z.B. Männerkosmetik, Aloe Vera Biolifting, Rosenkosmetik, Lavendelkosmetik, Edelsteinkosmetik, Sauerstoffgesichtskosmetik, Kosmetik „unreine Haut“ uvm.

**Kosmetik-Spar-Aktion:** 2 Personen kommen gleichzeitig zur Kosmetik und jeder erhält 10% Rabatt auf die Behandlung

„Sei gut zu Deinem Körper, damit die Seele Lust hat darin zu wohnen.“  
Theresa von Avilla

Tinas Entspannungs-Oase · Tina Gründel

Alte Annaberger Straße 14, 09488 Thermalbad Wiesenbad OT Wiesa  
Tel. 03733-555098 · [www.tinas-entspannungsoase.de](http://www.tinas-entspannungsoase.de)

## Energetische Hausreinigung

von Marlene Antje Riederer

Meine Wohnung ist mein direktes Umfeld, mein geschützter Platz. Natürlich mache ich hier immer wieder sauber, putze und kehre den Dreck raus. Doch auch energetisch sammeln sich alle möglichen Ereignisse und es ist sinnvoll, auch auf dieser Ebene immer wieder zu reinigen.

Dazu rufen wir die Kraft von starken Pflanzen zu Hilfe, die beim Räuchern die Energie im Raum klären. Salbei, Beifuß oder Wacholderspitzen kann man, wie andere Kräuter auch, in einer Räuchererschale anzünden und mit den glimmenden Pflanzen durchs Haus gehen. Lass ein Fenster irgendwo etwas offen, damit das Verbrauchte nach draußen abziehen kann und verteile den Rauch im ganzen Haus.



Wenn Du Dich aber immer wieder unwohl fühlst oder sogar „merkwürdige“ Sachen passieren, dann wirken oft noch andere, nicht sichtbare Kräfte und versuchen, auf sich aufmerksam zu machen. Das kann ein Verstorbener sein, der den Weg ins Licht nicht gefunden hat, schwere Zeiten oder Ereignisse, die stattgefunden haben und deren Energie in den „Wänden steckt“. Meist möchte etwas gesehen oder anerkannt werden, damit es Frieden findet. Für solche energetischen Reinigungen biete ich meine Unterstützung an. Ich komme zu Dir und wir arbeiten gemeinsam an der Heilung. Wir schauen, was sich auf freundliches Fragen hin zeigen möchte. Wir achten es, erkennen es an und werden dann kreativ: Wir finden Lösungen, klären das Feld und bringen Harmonie.

Melde Dich gerne bei mir: Marlene, bei Plauen  
Tel: 037421-20903 · [www.mondfee.de](http://www.mondfee.de)



### Ausbildung zum Heilpraktiker für Psychotherapie Weiterbildung in Psychotherapieverfahren Vorträge und Workshops



## Kursangebot 2018

### Theoretische Ausbildung

- Einjährige Theoretische Ausbildung
- Kompaktkurs Prüfungsvorbereitung

### Ausbildung in Therapieverfahren

- Gesprächsführung für die Praxisarbeit
- Schreibtherapeut
- Hypnose-Ausbildung
- Ausbildung zum Systemaufsteller
- Peter Hess Klangtherapeut
- Ausbildung Prozessbegleitung
- Der Weg in eine erfolgreiche therapeutische Selbstständigkeit

### Nähere Infos unter:

Tel. 0371 23 47 96 99 · [www.institut-sven-krieger.de](http://www.institut-sven-krieger.de)  
Institut Sven Krieger · Schönherrstr. 8 · 09113 Chemnitz





## Augenkontakt, Lächeln, Nicken Gesunde Bindung

von Jana Münzner

Sind wir uns näher, kommt der Händedruck dazu; sind wir uns vertraut, umarmen wir uns auch. Betrachten wir unsere Erwachsenen-Beziehungen, liegt klar auf der Hand: Dieses in Ver-Bindung-Gehen ist Voraussetzung für gelingende menschliche Interaktion. Welche fundamentale Bedeutung einer gesunden Bindung für die kindliche und damit menschliche Entwicklung allerdings inne wohnt, ist in ihrer Gänze weitestgehend unbekannt und bleibt daher meist unberücksichtigt.

Durch den berühmten „Zufall“ kam ich vor nunmehr 12 Jahren mit dem Werk von Dr. Gordon Neufeld in Kontakt. Die Lektüre von „Unsere Kinder brauchen uns“ war eine wahre Freude, hat sie mich doch in meiner Intuition bestätigt. Die praktische und bewusste Anwendung der Inhalte gaben mir als professionelle Pädagogin und Beraterin starken Rückhalt und neue Lösungsmöglichkeiten eröffneten sich. Als Erwachsene leiden viele bewusst oder unbewusst noch an schmerzlichen Erfahrungen von nicht ausreichend wahrgenommenen Bindungsbedürfnissen aus der Kindheit. Sie passen sich den vorherrschenden Bedingungen an, sind sie doch existentiell abhängig von der Gunst der Erwachsenen. Im Zuge dieser Anpassung etablieren sich destruktive, blockierende Glaubenssätze, entwickeln sich Neurosen, Zwänge oder auch psychische Krankheiten – die Entfaltung des eigenen Potentials ist eingeschränkt oder blockiert. Dabei ist es nie zu spät, eine glückliche Kindheit zu haben! Söhnt sich der Erwachsene wahrhaftig mit den Gegebenheiten seiner Kindheit aus, geschieht Heilung. Lebensenergie, Glück und Liebe fließen wieder und können das in jedem Menschen innewohnende Potential unterstützen.

Wie Eltern, Pflegeeltern, Lehrer und Erzieher vom bindungsbasierten Entwicklungsansatz von Gordon Neufeld profitieren können, darüber gibt das Neufeldinstitut (auch über Youtube-Kanal) Auskunft. Gern bin ich für individuelle Beratung oder auch Weiterbildungsangebote vor Ort für Sie da.

Jana Münzner · Tel. 0162–7486264 · [www.amryta.de](http://www.amryta.de)

## Achtsamkeit, Begegnung & Berührung

von Yvonne Nietsch

Wie gestresst oder entspannt wir uns fühlen, dafür sorgen auf physischer Ebene eine Reihe von Hormonen. So hilft beispielsweise das Oxytocin durch seine beruhigende Wirkung, Stress zu verringern. Es baut Vertrauen auf und lässt die Konfliktfreude schwinden. Wir leben also alle etwas friedvoller miteinander. Angenehme Berührungen sorgen für die Ausschüttung des Hormons, doch die fehlen oft. Der Trend geht hin zu Single-Haushalten und auch viele Senioren sind von Berührungsarmut betroffen. Selbst in Partnerschaften wird viel zu wenig gekuschelt.

Die amerikanische Familientherapeutin Virginia Satir stellte folgende These auf: „Wir brauchen vier Umarmungen am Tag zum Überleben, acht Umarmungen am Tag zum Leben und 12 Umarmungen am Tag zum innerlichen Wachsen.“

Ich bin vor reichlich einem Jahr meinem inneren Ruf gefolgt und habe mich dem Thema „Berührung“ verschrieben. Zusammen mit Armin Lucht möchte ich einen Raum für Achtsamkeit, Begegnung und Berührung öffnen. Es ist mir eine Herzens-Angelegenheit, Menschen jeglichen Alters in Kontakt zu bringen. An erster Stelle steht jedoch jeder selbst, denn mit einer guten Selbstverantwortung sind wir auch wertvoll für andere Menschen. Dieser Raum darf gemeinsam mit spielerischer Leichtigkeit gefüllt werden. Als Mutter von zwei wundervollen Mädchen ist es mir wichtig, dass die Kinder dabei sein können. Sie dürfen mitmachen oder sich in eine Spielecke zurückziehen. Alles basiert auf freiwilliger und eigenverantwortlicher Basis.



**Wann:** 16.06.18 von 16 bis 18 Uhr, Teilnahme einmalig auf Spendenbasis

**Wo:** Villa Amoénitas, Friedrich-August-Straße 24, 08451 Crimmitschau

Anmeldung erforderlich:  
Yvonne Nietsch, Tel. 0160–7988471

## „BeAlive“ – Coaching und Therapie stellt sich vor Gefühlstherapie

von Kathrin Baum

Ängste, Wut, Trauer, Stress, Leistungsdruck, Depressionen und Burn-Out bestimmen zunehmend den Alltag vieler Menschen, Berufsgruppen und Firmen. Es gilt hierbei, die Ursache zu bearbeiten anstatt Symptome zu bekämpfen. Genau da setze ich als Therapeutin für Persönlichkeitsentwicklung und Bewusstsein an.



Für meine Arbeit nutze ich hauptsächlich die Transformationstherapie nach Robert Betz® sowie THE WORK von Byron Katie®.

Menschen erlernen mit der Zeit, ihre Gedanken zu glauben; entwickeln Glaubenssätze, die für sie wahr sind und die sie von frühester Kindheit an erlernt haben. „Ein Indianer kennt keinen Schmerz. Mädchen sind nicht wütend. Das kannst du nicht. Das Leben ist kein Ponyhof.“ Ich sage Ihnen, das Leben ist DOCH ein Ponyhof. Als Kind lernte man, unerwünschte Gefühle zu unterdrücken und sich anzupassen. Unterdrückte Gefühle erschaffen Leid und Krankheit. Ich zeige Ihnen Methoden, um belastende Gefühle, Glaubenssätze und eingebrannte Wunden zu erkennen und (selbst) aufzulösen. Es ist nie zu spät für ein glückliches Leben.

Weiterhin biete ich diverse ganzheitliche Seminare, Meditationsspaziergänge, Firmen-/Teamcoaching sowie Paar- und Familientherapie an. Ich freue mich auf ein Kennenlernen und MiteinanderSEIN.



Privatpraxis BeAlive Coaching und Therapie  
Kathrin Baum · Therapeutin/Pädagogin für  
Persönlichkeitsentwicklung und Bewusstsein  
Am Wasserwerk 28 · 09579 Grünhainichen  
Tel. 0176–72858138 · [www.bealive-coaching.de](http://www.bealive-coaching.de)

## Kuscheln (wieder) neu entdecken

von Antje Adler

Das Wissen über wohltuende Berührung, welche fundamental für unsere Gesundheit ist, erreicht unsere Gesellschaft immer mehr. Laut Forschung ist der Berührungssinn der erste, welcher bei einem Embryo entwickelt wird und der letzte, der stirbt.

Es gibt verschiedene Möglichkeiten und Therapieformen, um körperliche Erfahrungen zu machen. Weniger bekannt ist das **Kuscheln**, die simpelste Form der Körpertherapie. Dabei geht es darum, dem Körper Raum zu geben; seinem Urbedürfnis nach Annahme, Gehaltensein und Geborgenheit wieder oder überhaupt zu erleben, ohne weitere Absicht.

Im Bauch der Mutter war das Kind beschützt, umsorgt und sanft berührt. Mit der Geburt und bedingt durch verschiedene Umstände im weiteren Leben, verliert sich körperliche Nähe. Kinder suchen oft noch unbeschwert nach alternativen Möglichkeiten. Doch wie gehen Erwachsene damit um? Mitunter sind zu viel essen, trinken oder andere, oft unbewusste Süchte, Ausdruck dieser tiefliegenden Sehnsucht.



Im **Kuscheln** geht es um die Trennung der Berührung vom Sex, wobei ein Gefühl der Leichtigkeit und Unbeschwertheit entsteht. Es gibt keinen Leistungsdruck, keine Erwartungshaltung, kein Ziel, keine Hintergedanken. Wissenschaftlich nachgewiesen setzt der Körper dabei das Hormon Oxytocin, auch das „Kuschelhormon“ genannt, frei. Es vermittelt das Verbunden-Sein und die Zugehörigkeit.

Kuscheln – eine Wiederversöhnung mit dem Leben.  
Antje Adler · Trainerin für nonverbale Kommunikation  
Tel. 0375–35310711 · [kuscheln-in-zwickau.de](http://kuscheln-in-zwickau.de)





## Leben ist das mit der Freude und den Farben... MALort Ostthüringen Friedmannsdorf

von Kathrin Bergmann-Hüfken

Der MALort ist der einzigartige Raum, in dem Du die eigene Spur und Lebensfarbe bewertungsfrei entdecken kannst. Er bietet den wohlthuenden Gegensatz zu unserem Alltag. Der MALort befreit Dich von Druck, Erwartungen und Beurteilungen, die uns sonst überall umgeben. Das Malspiel entspannt Geist, Körper und Seele gleichermaßen. Mal Dich ins Leben :-)

**MALort-Malen in der Gruppe und Einzel-Angebote; für Malen + Gestalten mit Acrylfarben, Malen in Begleitung, Lebensweg-Bilder, Kindergeburtstagsfeiern**



MALort · Kathrin Bergmann-Hüfken  
Friedmannsdorf 8, 07580 Seelingstädt  
Tel. 036608-216172 · [www.bunter-hof.de/Malort](http://www.bunter-hof.de/Malort)

### Essania®

Leben in Licht-Liebe-Harmonie



Ausbildungen und Seminare  
Trainings-AG's (Gruppen+Einzel)  
Einzel-Coachings  
Sher-lock Methode (biograph.Test.+Tracking)  
Persönliche Profil-Balancen  
Beratung  
Innovative Produkte

**Werner Ahrens**  
(Lehrer - Coach - Instruktor)  
in Seiki + Seitai Methode

**Kinesiologie**  
(Biograph+spirit.Test.)  
**Geomantie spez.**  
**Klang-Art** (Klangmassagen  
+ Publikum Performances)  
(Schalen+LL-Tools)

**Essania Werner Ahrens**  
Jakobstraße 51  
09130 Chemnitz  
Fon. 0371 4046240  
Fax. 0371 4046246  
E-Mail [essania@web.de](mailto:essania@web.de)  
Webseite [www.essania.de](http://www.essania.de)

## Spezialsprechstunde im Vitalzentrum Schwarzenberg Die Kairos-Methode

von Bärbel Espig

Inspiriert von der griechischen Mythologie und dem Denken antiker griechischer Philosophen entstand Kairos – die Institution für medizinische und persönliche Transformation. Kairos ist ein philosophischer Begriff für den günstigen Zeitpunkt einer Entscheidung, dessen ungenutztes Verstreichen nachteilig sein kann.

Das Kernstück der KAIROS-Methode ist der kybernetische Muskeltest. Mit Hilfe des kybernetischen Muskeltests können Ursachen für gesundheitliche Beschwerden konkret benannt und entsprechende therapeutische Methoden ausgewählt werden. Dabei fungiert der Muskeltest als Navigationssystem durch komplexe Störungen des Biosystems Mensch. Die Stärke der Kairos-Methode ist der Transfer des kybernetischen Muskeltests in das moderne Krankheitspanorama des 21. Jahrhunderts. Der Bewegungsapparat findet hierbei seine adäquate Verknüpfung mit metabolischen und psychischen Funktionsstörungen.

Sie stehen im Berufsleben und möchten gemeinsam mit uns daran arbeiten, Ihre gesundheitlichen Probleme anzugehen? Dann nutzen Sie die Chance und sichern Sie sich einen Termin bei unseren monatlichen Spezialsprechstunden im Vitalzentrum Schwarzenberg im Wert von 70,- € (eine Stunde Befund und Behandlung). Die ersten 3 Anmeldungen erhalten einen Rabatt von 50 %. Wir freuen uns auf Sie!

**Termine:** 26. Mai 2018 Schulerschmerz, Ellbogen  
30. Juni 2018 Schwindel, Tinnitus, Kopfschmerz  
25. August 2018 unterer Rücken, Hüftschmerz  
03. November 2018 Kniebeschmerzen  
24. November 2018 Tendopathien, Fersensporn, Achillessehne

Melden Sie sich telefonisch rechtzeitig an unter Tel. 03774-25907 oder senden Sie eine Mail an [info@physiotherapie-espig.de](mailto:info@physiotherapie-espig.de)  
Beate Hausteil · sektorale Heilpraktikerin, Physiotherapeutin  
Bärbel Espig · Physiotherapeutin · [www.physiotherapie-espig.de](http://www.physiotherapie-espig.de)





### Energie → Information → Materie

Information (lat. informare: formen, bilden, gestalten) liefert den Bauplan, nach welchem Energie in Materie umzusetzen ist. Sie ist eine „in Form gebrachte“, verschlüsselte Energie und wirkt im System ordnend und organisierend. Information veranlasst, dass z.B. die Proteinsynthese in den Zellen beeinflusst und damit die auf der DNS enthaltenen Codierungen in Proteine umgesetzt und als Bau- u. Trägerstoffe verwendet werden. Dies ist entscheidend für regenerative Prozesse! Organische Strukturen werden neu gebildet – dem Grundsatz folgend: „Energie folgt immer der Aufmerksamkeit“.

Und so lenke und programmiere ich hochkonzentriert als Heilerin auraschirurgisch das Energiefeld des Hilfesuchenden. Destruktive, krankmachende Informationen (aus diesem oder vergangenen Existenzen, oder epigenetisch aus der Ahnenreihe übernommen) werden im Energiefeld aufgelöst und durch konstruktive, regenerierende Muster ersetzt. Das Auflegen meiner Hände begünstigt u.a. das freie Fließen des „Chi“ entlang der Meridiane. Die liebende geistige Welt begleitet dabei.

Ich möchte Dir gern helfen, wenn Dich Dein Bauchgefühl zu mir führt.

Gott segne Dich!

**Regina Rößler-Wagner, astrol. Psychologin / Heilerin**  
Zentrum für Geistiges Heilen  
09484 Kurort Oberwiesenthal, Annaberger Str. 82  
Tel. 037348-23962 & 22200  
[www.ganzheit-roessler-wagner.de](http://www.ganzheit-roessler-wagner.de)



## Vorgestellt Begegnung im Lebenskreis

von Jana Konrad



Mein Name ist Jana Konrad und ich arbeite seit über einem Jahr in meinen Räumlichkeiten in Geyer. Nach meiner 7jährigen Ausbildung mit viel Selbsterfahrung bin ich nun bereit, mein Wissen und meine Lebenserfahrungen mit Ihnen zu teilen.

Unser Lebenskreis beginnt immer wieder neu. Wir befinden uns ständig in Bewegung. Prozesse werden aktiviert und ausgeführt. Und wenn wir Menschen, Situationen und Dingen begegnen, diese erkennen und annehmen, so ist es möglich, etwas in uns zu bewegen, um es später dann nach außen zu geben. Gemeinsam finden wir Möglichkeiten, damit Sie Ihr Leben aus einer anderen Sichtweise betrachten können, mit mehr Leichtigkeit und innerer Zufriedenheit. Entdecken Sie sich neu! Wenn wir wissen, wer wir sind und woher wir kommen, haben wir die Lieder der Natur wieder vernommen. Dann sind wir angekommen. *Ich wünsche Ihnen von ganzem Herzen: die Leichtigkeit eines Kindes, die Sonne im Herzen, den Weitblick des Adlers und die Klarheit des Mondes.*

**Meine Angebote für Sie sind:**

- Lebensberatung für Sie und Ihre Familie
- Schamanische Reisen und Rituale
- Reiki Behandlungen und Einweihungen in den 1.-4. Grad nach Dr. Mikao Usui
- Entspannungstechniken wie PMR, Entspannungsreisen (Workshops)
- demnächst auch: Familienstellen und Autogenes Training

Ich freue mich auf die Begegnung mit Ihnen.

Jana Konrad · An der Pfarrwiese 95A in 09468 Geyer,  
Tel. 0176-57779834 · [janakonrad@freenet.de](mailto:janakonrad@freenet.de)  
[www.janakonrad.com](http://www.janakonrad.com)







## Ein Traumberuf wird Wirklichkeit Berufsausbildung zum Heilpraktiker

von Nehad Taher-Aksoy



Die Paracelsus Schule Chemnitz ist die erste Adresse in der Region für Heilpraktiker-Ausbildungen und Seminare in den Bereichen Naturheilkunde, Psychologie, Tierheilkunde, Beauty und Wellness. Kein Wunder, denn für die Fragen der Interessenten nimmt sich Studienleiterin und Tierheilpraktikerin Annette Barz gerne besonders viel Zeit, denn oft stehen ja hier besonders wichtige Entscheidungen an.

So können vorhandene persönliche Potenziale erkannt und die großen Vorteile des Studiums bei Paracelsus mit der hohen Flexibilität der Ausbildungsformen, der Studienziele, des jederzeit möglichen Schulortwechsels, der tollen Finanzierungsmöglichkeiten, des regen bundesweiten Kontakts zwischen Studierenden und Dozenten optimal genutzt werden.

Rufen Sie Annette Barz einfach an und vereinbaren Sie einen unverbindlichen Beratungstermin und einen Probeunterricht.

Paracelsus Schule Chemnitz,  
Am Rathaus 4, 09111 Chemnitz,  
[www.paracelsus.de](http://www.paracelsus.de)

**paracelsus**.de  
die heilpraktikerschulen



**Eva Lindner**  
Textoptimierung  
Hänflingsberg 30 · 09217 Burgstädt  
Tel. 03724 89 504 & 0162 76 42 470  
E-Mail: [lustauftext-neu@t-online.de](mailto:lustauftext-neu@t-online.de)

## Ausbildung: Informationsschwingung der Neuen Zeit Praxisorientierte Neue Homöopathie

von Mandy Goller



Ich arbeite mit ganzheitlicher Informationsmedizin. Grundlage bildet die Informationsübertragung, durch welche der Körper seine Selbstheilungskräfte aktiviert. Dies geschieht durch Zeichen oder reine Energieübertragung. Bei jeder Beratung steht die Ursachenforschung an erster Stelle. Ist diese gefunden, wird deren Schwingung mit Informationen bespielt, die der Selbstheilung dienen. Gern berate ich Sie oder bilde Sie zum eigenständig arbeitenden Praktiker / Therapeuten aus.

**Regelmäßig finden statt:** Rutenkurse, Ausbildungen sowie Stammtische in meiner Praxis am 2.5. / 2.8. / 2.11. jeweils 18.00 Uhr

Praxis- und Schulungszentrum · Dozentin Mandy Goller  
Dorfstädter Str. 3, 08223 Falkenstein · Tel. 0162-9435657 · [mandy.goller@web.de](mailto:mandy.goller@web.de)

### GESUCHE

#### Lebens- und Arbeitsgemeinschaft auf dem Land

Wer möchte eine Mehrgenerationen-Lebensgemeinschaft auf dem Land im Raum Chemnitz, Dresden oder Leipzig mit gründen? Ich suche Frauen und Männer, die mit mir visionär gestalten, Verantwortung übernehmen, organisieren und in den Kauf eines geeigneten Grundstückes investieren möchten. Wertschätzendes Miteinander und eine bewusste und ökologisch nachhaltige Lebensweise sind mir wichtig. Wer Interesse hat, melde sich bitte per Mail bei Theresia Frenzel | [naturart@freenet.de](mailto:naturart@freenet.de) oder [www.naturart-frenzel.de](http://www.naturart-frenzel.de)

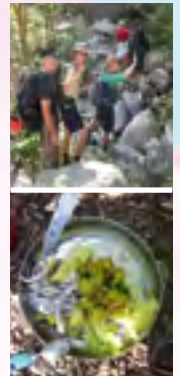
Ruhiges, preisgünstiges (Garten)Grundstück, gern mit (Wochenend) Haus in erzgebirgscher Naturlage gesucht.  
[octoberswimming@googlemail.com](mailto:octoberswimming@googlemail.com) oder Tel. 0177-4920549

## Seine Komfortzone verlassen – die Natur erleben

### 4 Tage Erzgebirgswandern

von Andreas Müller

Eine Erzgebirgswanderung mit Paläo-Ernährung und Übernachtung unter freiem Himmel vom 31.5.–4.6.2018 von Erlabrunn zum Fichtelberg und zurück. *Unsere Energie, unsere Sympathie, unsere Sehnsucht, unser Humor... lassen uns schöne, glückliche und unvergessliche Erfahrungen erleben.* Willst Du eine besondere Erfahrung außerhalb Deiner Komfortzone erleben? Dann laufe mit uns täglich zwischen 20 – 30 km, trage was Du brauchst auf Deinem Rücken, überwinde bis zu 1.000 Höhenmeter pro Tagestour. Blicke abends in die Sterne und lasse Deine Eindrücke auf Dich wirken. Bevor wir auf die „Jagd nach Essen gehen oder Früchte sammeln“, bringen wir unseren Körper energetisch und mental in Form. Danach laufen wir gemeinsam in den Hunger und bereiten uns jeden Tag zwei Mahlzeiten zu. Wir vergessen TV, Smartphone, Computer... Dafür nutzen wir das morphogenetische Feld und lachen, wenn wir Improvisationstheater spielen. Vier Tage tauschen wir uns aus, lernen, berichten, hinterfragen, teilen, motivieren, helfen... Teste Dich und lasse es wirken. Vielleicht läufst Du mit uns 2019 eine Woche auf Sardinien oder Elba?



Tauchen jetzt Fragen auf wie zum Beispiel: Was ist ein morphogenetisches Feld und wie kann es mir helfen? Wie fühlt sich der viertägige Verzicht auf Handy und künstliches Licht an? Ist diese Erfahrung 550 Euro wert? Erfahre es, indem Du einfach mitläufst. Beachte: Dieser Traum wird nur wahr, wenn der Wettergott mitspielt. Ausgedacht haben sich das die beiden Physiotherapeuten Andreas Müller (Schwarzenberg) und Andreas Schuster (Erfurt).

Anmeldungen und Infos zum Programmablauf per E-Mail unter [info@vitalzentrum-schwarzenberg.de](mailto:info@vitalzentrum-schwarzenberg.de) oder beim freundlichen Rezeptionspersonal im Vitalzentrum Schwarzenberg auch per Tel. 03774-25907

## 2. Festival der Klänge auf Schloss Rochsburg Campana-Festival am 6./7.10.2018

von Manuela Ina Kirchberger

Auch in diesem Herbst laden das Schloss Rochsburg und das Klangnetzwerk zum „Campana – Festival der Klänge“ ein. Am gesamten Wochenende heißt es dann wieder: „Geh mit uns auf faszinierende Klangreisen! An diesem Wochenende kannst Du auf Schloss Rochsburg das digitale Zeitalter weit hinter Dir lassen und in eine Welt der analogen Töne eintauchen – handgemacht, obertonreich und urgewaltig.“

Campana – das 2. Festival der Klänge, bringt wieder viele interessante, archaische und obertonreiche Instrumente aus aller Welt zum Klingen. Es stehen zahlreiche bemerkenswerte Künstler, Workshopleiter, Stände und Instrumentenbauer auf dem Programm. Wir freuen uns schon jetzt auf ein sinnliches, inspirierendes, berührendes, begegnungsreiches Wochenende, neue Erfahrungen und faszinierende Klänge!

Programm auf unserer Webseite: [www.campana-festival.de](http://www.campana-festival.de)







## Gemeinschaftsprojekt „Lebenslicht“ Villa Fraureuth Gemeinsam wachsen, leben & lieben

von Sina Ebersbach



Frühlingserwachen, das Leben beginnt von Neuem; mit all seinen Farben, seiner Liebe und seiner Kraft erblüht es aus der Muttererde Schoß. So ist auch das LebensLicht erwacht und beginnt zu wachsen und sein Licht in die Welt zu tragen, mit all seinen Farben und der Liebe zu den Menschen und allem Leben auf der Erde. In der wunderschönen Villa in Fraureuth, inmitten von Natur, haben wir einen kraftvollen Heilort wiederentdeckt. Wir wollen

gemeinsam einen Weg gehen – zu uns selbst, der Heilung und der Liebe – eine Gemeinschaft von Menschen mit viel Wissen, Erfahrung, Kraft und Weisheit. Unsere Aufgabe ist es, Euch zu begleiten und unser Wissen an Euch weiterzugeben, so dass Ihr euch besser kennen und verstehen lernt sowie heilen könnt.

Wir laden Euch ein auf unsere Webseite [www.patchouli-energiearbeit.de](http://www.patchouli-energiearbeit.de) zu schauen und Seminare, Workshops, Zeremonien und vieles mehr für Euch zu entdecken.

### 30.6. MiteinanderSein Sommerfest

Ein ganz besonderes und freudiges Ereignis in diesem Jahr ist das Sommerfest von MiteinanderSein, welches wir gemeinsam mit Euch in der Villa LebensLicht feiern wollen. Am 30.06. ist es soweit und Ihr seid herzlichst dazu eingeladen. Ab 14 Uhr sind unsere Tore für Euch geöffnet, wir werden gemeinsam, singen, tanzen, reden und lachen. Ein Fest für die Sinne, die Liebe und das Leben... Wir wünschen Euch eine wunderschöne und segensreiche Zeit – die LebensLichter.

Infos und Termine unter [www.patchouli-energiearbeit.de](http://www.patchouli-energiearbeit.de) oder telefonisch bei Sina Ebersbach 0176–45832724



## Buchvorstellung Wieviel Bäche braucht der Fluss

von Dr. Karin Schiebler



Ein Roman über den Strom des Lebens, über Intuition und Vernunft und eine verworrene Liebe. Die ehrgeizige Almut hat mit 35 alles erreicht, was sie wollte: Familie, Beruf, ein Haus auf dem Lande. Dennoch findet sie keine innere Erfüllung. Aus einem tristen Alltag heraus hört sie ihre innere Stimme sagen: „Mit 40 ist alles anders.“ Als ihre Ehe zerbricht, flüchtet sie einmal mehr in die Arbeit, will im nunmehr vereinten Deutschland Karriere machen. In Rolf, dem Mann der „Geliebten ihres Exmannes,

findet sie einen Freund. Doch sie will mehr als ein anderes Haus in einem anderen Dorf. Um zu erfahren, was sie wirklich will, macht sie sich auf die Suche nach der eigenen Bestimmung und trifft auf Menschen, die ihre Weltanschauung ins Wanken bringen. Betty, eine selbstbestimmten Frau voller Lebensfreude, bringt ihr bei, dass sie schreien soll, wenn ihr nach Schreien ist. Sie verfällt dem Charme eines Puppenspielers, der zwar von der Hand in den Mund lebt, sich aber trotzdem reicher fühlt als sie und der sie in seine mystische Welt mitnimmt. Seelische Verstrickungen führen in das Trauma ihrer Kindheit. Sie findet ihre große Liebe. Er wird ihr Weggefährte und ist doch nicht frei für sie. Almut geht dabei durch alle Wirren und Zweifel, die auftreten, wenn übliche Konventionen verlassen werden. Der oft schmerzhaft Prozess wird mit Humor und Leichtigkeit dargestellt. Der Leser ist gespannt, welche Wendung Almut's Leben nimmt. Er teilt ihre Freude, ihre Trauer und Wut und bestaunt ihre Toleranz und Neugier auf Neues. Dabei lässt er sich auf Experimente ein - zeigt sicher auch Unverständnis und Ablehnung - und erfährt, dass die Lebensmodelle vielfältiger sein können, als geahnt, dass es Alternativen gibt. Wünsche, Ängste, Erfahrungen und Einsichten bahnen sich ihren Weg wie Bäche zum Fluss.

Karin Schiebler · Roman, Tb 5045, 12,45 €, zzgl. 1,80 € Versand  
Bestellung: [kontakt@alsaldaverla.de](mailto:kontakt@alsaldaverla.de) · Tel. 0157–76446283



## Schamanisches TraumOrakel Mai–Juli 2018

### Anliegen

Was steht betreffs Glück, Gesundheit, Heilung, Beziehung, Liebe, Job und Finanzen an?

### Traumbild

Grelles Sonnenlicht blendet mich. Aus ihm heraus steigt eine Frau in einem langen Gewand, sie breitet die Arme aus, mit den Handflächen nach oben. Sie wirkt göttlich und gebend. Sie steigt auf die Erde hinab und schreitet über tot wirkendes Land. Ihr Kleid schleift auf dem Boden und dort, wo es die Erde berührt, wird eine Spur sichtbar, so breit nur wie ihr Gewand; eine Spur aus kleinen, grünen Blättern, kleinen, bunten Blüten und verschiedenen Schmetterlingen, ein Weg der Lebendigkeit. *Anstehendes – kurz und knapp:* Es wird immer wieder dieser Weg der Lebendigkeit vor uns auftauchen: Es ist unsere Entscheidung, ob und wie wir ihn wahrnehmen; ob wir staunend innehalten und begreifen oder weitergehen und das Leben und uns selbst mit Nichtwürdigung strafen.

### Welche Kräfte, Chancen & Möglichkeiten bieten sich dabei unterstützend an?

Egal, wie stark einem seine Lebensweise um die Ohren fliegt, es gibt den Moment des Innehaltens, des Luftholens; wenn die Ahnung sich ihren Weg bahnt und ruft: „Es ist änderbar! So wie die Natur heranreift und sich in ihrer Pracht zeigt, so können wir aus diesem einen Moment heraus erblühen, erkennen, achten und uns schonungslos zeigen, so wie wir sind; auch mit der Angst abgelehnt zu werden,

missverstanden zu sein und allein zu bleiben. Hier geben uns die Sonnenkräfte die Kraft und ziehen uns aus den dunklen Ecken. Wenn wir auf sie hören, kann es nur **hinaus** gehen, um uns verbunden zu fühlen und zu merken, dass wir Lebendigkeit und Wildnis erhalten müssen, sonst zerstören wir nicht nur die Natur um uns herum, sondern uns, unsere „Natur“.

### Wie gestalten sich diese Kräfte im Alltag?

Es zieht uns förmlich aus Wohnung oder Haus; wir sehnen uns nach Ungezwungenheit, Freiheit und auch Gemeinschaftlichkeit. Wir fühlen uns unwohl bei Panikmache wegen Sonnenstrahlen, Insekten, Würmern etc. Das sperrt uns ein. Wir wollen Luft holen, genießen, staunen und haben gleichzeitig Angst davor. Der Richter in uns will eingrenzen, Ordnung halten und uns im Funktionieren belassen. Es ist die eigene Entscheidung, auf welche Stimmen man hört.

### Woran scheitert die Gestaltung der lebensdienlichen Kräfte häufig?

Am eigenen, eingetrichterten Tyrann, der vor wirklicher Freiheit Todesangst hat und natürlich am gesellschaftlichen Rahmen. Trotzdem gibt es mit den starken Sonnenkräften, welche durch jede Ritze dringen (dazu zählt auch der Regen, welcher Leben erst möglich macht und beim Aufweichen der harten Erde hilft), die Chance, den blühenden Weg zu sehen und eigene Kräfte zuzulassen. Aber es bedarf der Entscheidung dafür, für das Innehalten, Staunen, dem Sehen, so wie es ist und nicht wie wir es gern hätten.

### Welche Wandlungsmöglichkeiten gibt es?

Nicht nur in den eigenen Garten gehen, welcher vielleicht auch wilde Ecken hat, aber trotzdem oft ein Stück gezähmtes Land ist. Weiter hinaus, in die Wälder; aber auch öffentliche Plätze nutzen, andere Menschen treffen, lachen, diskutieren, gemeinsam sich bewegen und dann auch wieder in der Stille für sich ruhen und genießen. Nicht für Vorgefertigtes entscheiden, wieder eigene kreative Ideen entdecken und probieren, sich bewusst gegen die bereits überall verfügbaren fertigen Bilder, Essen, Gartenplaner, usw. entscheiden. Eigene Wege gehen, ohne zu wissen, ob es Erfolg hat; nur mit dem Wunsch es auszuprobieren mit Muße, ohne Leistungsdruck.

### Ein schönster Traum von vielen

Es haben sich doch etliche Menschen eingefunden, welche staunend „den Blumenweg“ sehen. Plötzlich bleibt die weibliche Gestalt stehen, dreht sich um und lächelt, dabei wirkt sie nun nicht mehr göttlich, sondern ganz menschlich. Sie winkt die Menschen heran, sie sollen selbst laufen, ihren Weg gehen. Und ganz langsam setzen die Menschen einen Fuß vor den anderen. Hinter jedem entsteht etwas anderes: verschiedene Farben, bunte Teppiche, Bäume, Sträucher, Blumen, Muster usw. Es wird „der Blumenweg“ immer wieder überquert und der ganze tote Boden lebendig. Keiner behindert sich, es wird sich gefreut, wenn man sich trifft und über das entstehende bunte, vielfältige Lebensmuster gestaunt, geweint und gelacht. Alles geschieht in Ruhe und mit Kraft und dem Respekt vor jedem Leben.

©2018 Susann Heidler · [www.traumzeitpraxis.de](http://www.traumzeitpraxis.de)





Elke-Fischer.net



- Plattformen für Unternehmerkontakte
- Kompetente Partner der Wirtschaft und Kommunalpolitik
- Betreuung klein- und mittelständischer Unternehmen
- Netzwerkbindungen und -pflege

## GRÜNE ENERGIE.

ÖKOSTROM STATT ATOMSTROM



Für meine Heimat, für meine Umwelt, für unsere Kinder und Kindeskinde

- ✓ Ich möchte meinen Beitrag zur sauberen Energie leisten
- ✓ Ich unterstütze damit den aktiven Umweltschutz
- ✓ Ich will eine lebenswerte Umwelt auch für zukünftige Generationen

Darum sauberer Strom aus erneuerbaren Energien.

- Wind, Sonne, Wasser -
- ohne Atomkraft und ohne Kohle -



Zertifizierter Energierreferent Ralf Thoss · Nordstr. 43 · 09113 Chemnitz  
Mobil 0174 2482663 · E-Mail ralf.thoss@energierreferent.net

## Wasser als Informationsträger Wasser ist Leben

von Thomas Schön



Wasser hat für uns einen ganz besonderen Stellenwert. Es durchdringt jede unserer Körperzellen und ermöglicht die Kommunikation zwischen ihnen. Wasser regelt alle Funktionen des Organismus wie Körperbau, Stoffwechsel, Temperatur, Entschlackung und Entgiftung. Wasser macht unsere Denkvorgänge, Stimmungslage und Gefühle erst möglich. Als Faustregel gilt: 0,03 l, also 30 ml Wasser pro kg Körpergewicht! Wassermangel führt zu einer Austrocknung der Zellen, Giftstoffe sammeln sich an, der Alterungsprozess beschleunigt sich. Cellulite, Hautprobleme, Allergien, Gelenkschmerzen weisen auf Flüssigkeitsverlust hin. Wasser ist Transportmittel und bringt die gelösten Stoffe organisch und anorganisch mit der enthaltenen Information in unseren Körper. Daher ist es wichtig, auf eine gute Wasserqualität zu achten.

Damit Wasser seine Aufgaben im Körper erfüllen kann, sollte es schadstofffrei, mit wenigen Mineralien, schmackhaft, voller Energie und natürlich positiv informiert sein. Wasser ist mehr als H<sub>2</sub>O. Wasser hat eine geordnete Struktur und ist höchst sensibel. Es reagiert auf Druck, Schall, Wärme und Strahlung. Wasser, das durch Druck in lange Rohrleitungen gepresst wird, ist „energetisch tot“. Die Qualität des Wassers ist durch praktische Analysemethoden messbar. Für jeden, der sein Leitungstrinkwasser zuhause optimieren, Quellwasser-Qualität mit



positiven, natürlichen Informationen, also „lebendiges Wasser“ haben möchte, gibt es individuelle Möglichkeiten und Verfahren. Wir sind für uns selbst verantwortlich um Vorsorge zu betreiben, da die Ressourcen auf Dauer so nicht mehr zur Verfügung stehen werden.

Naturverbundene Lösungen für Privat und Industrie  
Thomas Schön · Tel. 0172-9089323  
thomas.schoen@freenet.de

## Natur und Frische - einfach gut



BIO Bistro mit täglich wechselnden Mittagsgesichten, Kaffee und Kuchen

Straße der Nationen 12, 09113 Chemnitz  
direkt an der Bus- und Straßenbahnhaltestelle „Roter Turm“

Öffnungszeiten: Montag - Samstag 8 - 20 Uhr

www.denns-biomarkt.de

## Regional und frisch



BIO Bistro mit täglich wechselnden Mittagsgesichten, Kaffee und Kuchen

BIO-Fleischtheke mit regionalen Lieferanten **NEU**

Weststraße 49, 09112 Chemnitz  
Tel. 0371 66629604

Öffnungszeiten:  
Montag - Samstag 8 - 20 Uhr



www.bio-kassberg.de

Ihr freundlich familiärer Bio-Einkaufsmarkt



BIO Vollsortiment

Zschopauer Straße 279  
09126 Chemnitz  
Tel. 0371 5601822, Fax 0371 5601832

Öffnungszeiten:  
Montag - Freitag 9 - 19 Uhr  
Samstag 9 - 14 Uhr

www.biomarkt-knackfrisch.de

inhaberin: Karin König

DAS SUCHEN HAT EIN ENDE.  
WIR BIETEN DIE  
VIELFALT IN MEDIEN.  
UND DAS ALLES  
AUS EINER HAND.

ERZDRUCK

VIELFALT IN MEDIEN

Erzdruck GmbH Industriestraße 7 T. 03735 9164-0 info@erzdruck.de  
Vielfalt in Medien 09496 Marienberg F. 03735 9164-50 www.erzdruck.de





# MiteinanderSein in Leipzig-Halle Netzwerk – Freundschaftswerk?

von Kordula Möring

Liebe Alle! Ich benutze mal die aus dem Englischen „Dear all“ entlehnte „Liebe Alle“-Anrede, um wirklich alle anzusprechen: Leipziger\*innen und Leute, die in der näheren und weiteren Umgebung wohnen; Veganer\*innen, Vegetarier\*innen und Carnivor\*innen; Sonnen- und Schatten-anbeter\*innen, Ur-Christ\*innen, Buddhist\*innen, Atheist\*innen... – es braucht uns alle, um die Aufgaben, die uns bevorstehen, zu bewältigen.

Deshalb sind auch unsere zweimonatlichen Netzwerktreffen offen für alle. Es kommen jedes Mal viele neue Interessierte, was uns besonders freut. Und die Treffen scheinen immer viel zu kurz zu sein. Ende März trafen sich (fast) alle KoordinatorInnen des Netzwerkes bei Ann & Uwe im Erzgebirge; ein reger Gedanken- und Ideenaustausch zeigte die unterschiedlichen Herangehensweisen der NetzwerkerInnen in den verschiedenen Regionen. Deshalb möchte ich diesen Text als ersten Anlass nehmen, folgenden Vorschlag in die Runde zu geben: Neben den offiziellen Netzwerktreffen und unserem ersten Leipziger Miteinander-Erlebnistag im September haben sich zwar schon etliche private Verbindungen entwickelt; aber wäre es nicht schön, das noch mehr zu fördern?

Hiermit möchte ich somit kleinere, sozusagen „inoffizielle“ Treffen und/oder gemeinsame Aktivitäten anregen. Im Juni findet ja wieder das gemeinschaftliche Sommerfest des Netzwerkes in Fraureuth (siehe Seite 14) statt. Wer kommt mit? Und wie wäre es, wenn wir uns

in Leipzig – jetzt zum Sommer hin – ebenfalls mal treffen? Zu einem Kleider- oder Pflanzentauschmarkt? Zu einem Picknick im Park, zu einer Bootstour auf den Kanälen von „Klein-Paris“ oder zum Schwimmen im Cossi und anschließend Grillen bei mir in Markkleeberg? Ideen werden gerne entgegengenommen – lasst uns aus dem Netzwerk ein Freundschaftswerk machen, in dem auch die privaten Themen ihren Platz finden.

**Nächstes Netzwerktreffen am 16. Mai 2018**  
Das nächste offizielle und wie immer offene Netzwerktreffen findet statt am 16. Mai im **primhel von Manuela Müller-Stoermer, Dewitzer Straße 12, 04425 Taucha, www.primhel.de** statt. Du bist von Herzen willkommen. Bitte anmelden.

**MiteinanderSein Erlebnistag am 16.9.2018**  
Unser Netzwerk-Messtag hat nun einen Namen: „MiteinanderSein Erlebnistag“. Es sind schon fast alle Aussteller- und Vortragsplätze für diesen Tag in der Essig-Manufactur vergeben. Bei Interesse bitte bei Kordula Möring melden.

### Koordinatoren für Leipzig-Halle:

- Kordula Möring · Tel. 0177 – 5464188  
info@bio-leipzig-halle.de
- Robert Franz · Tel. 0172 – 6010314  
r.franz@bio-leipzig-halle.de  
www.miteinandersein.net/leipzig-halle

## VERANSTALTUNGEN

Details auf [www.miteinandersein.net/leipzig-halle](http://www.miteinandersein.net/leipzig-halle)

### Mai

#### Samstag, 12.05.2018

10:00 Uhr Workshop **Selbstheilung mit dem Bewusstsein** Teil I mit Lutz Preller · Markranstädt · F

14:00 bis 17:00 Uhr **Reise zur Quelle des Lebens** mit Anne-Karen Fischer · Leipzig · B

#### Sonntag, 13.05.2018

16:00 Uhr **Kristallklangwelten zum jährlichen Marienfest u. Muttertag** mit Manuela Ina Kirchberger & Thomas Plum Schloss Schochwitz · A

#### Donnerstag, 17.05.2018

18–21 Uhr Workshop **Super-Brain-Yoga** mit Nora Gröbel · Leipzig · E

#### Samstag, 19.05.2018

10:00 Uhr Workshop **Natürlich besser sehen** mit Lutz Preller Markranstädt · F

#### Mittwoch, 23.05.2018

19–21 Uhr Vortrag **Pranaheilung** mit Nora Gröbel · Im Einklang Leipzig · E

#### Samstag, 26.05.2018

10:00 Uhr Workshop **Selbstheilung mit dem Bewusstsein** Teil II mit Lutz Preller · Markranstädt · F

#### Sonntag, 27.05.2018

10:00 bis 17:00 Uhr Seminar **Komm in Deine weibliche Wertschätzung!** mit Herzheilungs-Coach & HP Mareike van Saase Leipzig · D

#### Dienstag, 29.05.2018

18:30 Uhr Vortrag **Richtig atmen ist Basis der Gesundheit** mit Lutz Preller · Markranstädt · F

### Juni

#### Samstag, 09.06.2018

10:00 Uhr Workshop **Endlich schlanker ohne Diät** mit Lutz Preller Markranstädt · F

#### Sonntag, 10.06.2018

13:00 bis 17:00 Uhr **Tanzende Aufstellungen** mit Anne-Karen Fischer · Im Einklang Leipzig · B

#### Dienstag, 12.06.2018

18:30 Uhr Vortrag **Mit Geistheilung Allergien überwinden** mit Lutz Preller · Markranstädt · F

#### Samstag, 16.06.2018

16. / 17.6. Ausbildung / Grundkurs **Pranaheilung nach Master Choa Kok Sui** mit Nora Gröbel · Leipzig · E

#### Sonntag, 24.06.2018

14:00 bis 17:00 Uhr **Initiierung in Quellenenergie** mit Anne-Karen Fischer · Leipzig · B

#### Dienstag, 26.06.2018

18:30 Uhr Vortrag **Haben Sie Rücken?** mit Lutz Preller · Markranstädt · F

#### Freitag, 29.06.2018

18:00 bis 22:00 Uhr Themenabend **Zucker – unser täglich Brot** (siehe Seite 6) mit Nicol Kirschke · Leipzig · C

### Juli

#### Freitag, 20.07.2018

18:00 bis 22:00 Uhr Themenabend **Rohkost – Sprossen, Gräser, Algen** mit Nicol Kirschke · Leipzig · C

# Wir sind für Dich da Anbieterverzeichnis

**Heilpraxis HP Kordula Möring** · Schwerpunkte: Kinesiologie, Neue Homöopathie nach Körbler, Arbeiten und Testen mit der Einhandrute, Brain Gym, Klangmassage, Breussmassage, RESET uvm.  
☒ Kochstr. 24, 04275 Leipzig ☎ 0177 – 5464188 · info@hpkm.de  
Termin nach Vereinbarung. Hausbesuch möglich.

**Dipl.-Ing. Robert Franz** · Wasserexperte · ☒ privat: Klingenthaler Str. 12, 04943 Leipzig ☎ 0172 – 6010314 · rfranz2061@gmail.com

**A Klangtempel** · „Kristallklangwelten“ Klangkonzerte Klangliege, Weltweites Klangnetzwerk, „Campana“ – Festival der Klänge, „Die Tempelträumer“, Imkerei · **Manuela Ina Kirchberger (MIK) & Thomas Plum** · Markkleeberg ☎ 034299 – 811800 · www.klangtempel.net

**Klangreisen Kristallklangwelten**  
Salzgrotte Salinarium im MED, Leipzig-Lausen Fr, 4.5. / 16.5. / 1.6. / 20.6. um 18:00 Uhr, Anm. 0341 – 14969970

**Mitmachspieltunde Monochord & Elfenharfe** Markkleeberg Di, 15.5. / 12.6. 18-21 Uhr

**Sylke Kirsch** · Seminarleitung: **Universal White Time Healing** Beseitigung von Blockaden, verschiedene Techniken zur Anwendung bei Menschen, Tieren, Pflanzen uvm. · ☒ Frankenstraße 22a, 04838 Jesewitz · ☎ 0177 – 6855360

**Heilpraktikerpraxis Dana Pfrötzschner** · kostenfreie Beratung zu Deinen Gesundheitsfragen: Montag und Dienstag 9–10 Uhr, Donnerstag 16–18 Uhr · ☒ Untere Eichstädterstr. 44, 04299 Leipzig · ☎ 0157 – 77201735 · www.praxis-pfrötzschner.de

**Begegnungszentrum „liebes-er-leben“ Dietmar Allig** · ☒ Crostgall 36, 04808 Wurzen · ☎ 0152 – 3207716

**NuKLa** · Naturschutz und Kunst Leipziger Auwald e. V. Mitglied im Netzwerk Ökologischer Bewegungen Wer den Auwald bewahren will, macht die Flüsse wieder lebendig ☒ Otto-Adam-Str. 14, 04157 Leipzig ☎ 0178 – 6662454 · www.nukla.de, www.LeipzigerAuwald.de, www.KlassischeKartoffelKonzerte.de

**B Praxis Quelle des Lebens** · **Anne-Karen Fischer** · Heilerin/ Dipl.-Psych.: Ausbildung, Einweihung, Quellenenergie, Heilbehandlungen, Familienstellen u.v.m. · ☒ Arndtstr. 27, 04275 Leipzig · Kontakt / weitere Angebote: ☎ 0341 / 5861540 · www.quelle-des-lebens.net

**WGT\*-Special Reise zur Quelle des Lebens**  
tgl. 17-20 Uhr, Pfingsten zusätzlich 11 – 14 Uhr

**Christian Schilling** · Familienstellen in Leipzig  
3.6. 10–18 Uhr **Lindenau: Mut-Fabrik** (Details, weitere Termine/ Orte siehe Seite 8 oder [www.familienstellen.org](http://www.familienstellen.org))

## NEUE PARTNER

**C Strahlende Gesundheit** – **Nicol Kirschke & Boyan Conev**  
Ernährungs- und Gesundheitsberatung, Ernährungsumstellung, Personaltraining, Vorträge, Trinkwasseraufbereitung, Ferninfrarotkabine, Kochkurse, Bewegungskurs- und Entspannungskurse · **Leipzig** ☎ 0176 – 70703165 · [www.strahlendegesundheit.de](http://www.strahlendegesundheit.de)

Themenabend: **Wasservortrag – Welches Wasser wollen wir trinken?** am 23.5. / 27.6. / 16.7. jeweils 18:30–20:30 Uhr  
Infoabend **Gesunde Happy Hour** · Ernährungsexkurs und Verkostung von vitalstoffreichen Drinks 8.6. 19:00Uhr / 17.7. 18:30 Uhr

**D Herzheilungs-Coach & HP Mareike van Saase** · Dein Selbstwert und Deine Selbstliebe lassen friedvolle Beziehungen und erfüllendes Arbeiten wachsen, durch Erkennen Deines verborgenen Herzscherzes & Quantenheilung · **Leipzig** · ☎ 0176 – 29513104 mvs@mareike-van-saase.com, [www.mareike-van-saase.com](http://www.mareike-van-saase.com)

**E Nora Gröbel** · Lehrerin für Pranaheilung nach Master Choa Kok Sui, Heilpraktikerin Psych. Praxis: August-Bebel-Str. 12, 04275 Leipzig · **Veranstaltungen:** Gromke Hörzentrum, Dresdner Str. 78, 04317 Leipzig · ☎ 01573 – 254398 · info@pranaheilung-leipzig.de, [www.pranaheilung-leipzig.de](http://www.pranaheilung-leipzig.de)

**Meditationsabend** 14.6. 18–20 Uhr  
**Übungsabend Pranaheilung** 29.5. / 28.6. jew. 18–20 Uhr

**F Lutz Preller** · Praxis für bioenergetische Heilweisen Ganzheitliche Heilarbeit: Selbstheilungskräfte, Blockaden, Denkmuster, Energiesysteme, Raucherentwöhnung, Reinkarnationstherapie; Lebensberatung · ☒ Margeritenweg 8, 04420 Markranstädt ☎ 0342–0584548, 015116–53175814 · [www.diekräftliegtindir.com](http://www.diekräftliegtindir.com)  
**Freundeskreis „Meditation“**  
jeden 1. und 3. Freitag des Monats 18:00 Uhr

**Happy Travel Leipzig** · Yoga & Wanderreisen Italien – Österreich – Azoren · ☎ 0175 – 1514162 · info@happytravel-leipzig.de  
[www.happytravel-leipzig.de](http://www.happytravel-leipzig.de)





## Reihe: Homöopathie (Teil 3)

### Angstfrei werden

von Dana Pfrötzschnier, Heilpraktikerin in Leipzig

Fast täglich mit den eigenen Ängsten konfrontiert zu werden, ist ein Ereignis, das den Körper als auch die Seele in einen hohen Stresslevel versetzt. Menschen reagieren auf unterschiedlichste Art und Weise. So können Zittern, Schweißausbrüche, Herzrasen, Kreislaufstörungen als auch Durchfall oder Erbrechen Ausdruck der Angst sein. Kein Mensch sucht sich seine „Angstbereitschaft“, also die Art und Weise wie er auf unbekannte Reize reagiert, aus. Gegen ein natürliches Gefühl der Angst ist gar nichts einzuwenden. Im Gegenteil, es schützt uns sogar. Schwierig wird es dann, wenn die Angst den Alltag bestimmt. Diese Ereignisse reichen von einer Angststörung über Phobien bis hin zu Zwangsstörungen als auch posttraumatische Belastungsstörungen.



Es gibt verschiedene Möglichkeiten, mit dem Thema Angst umzugehen. Eine ist die Begleitung dieses Prozesses in der homöopathischen Praxis. In der homöopathischen Wissenschaft sprechen wir bei Erkrankungen des Körpers und der Seele von einem gestörten Lebensprinzip. Meine Aufgabe als Homöopathin ist es, das Bild dieses gestörten Prinzips genau zu erkennen. Eine Frau in den Wechseljahren, bei der sich plötzlich Ängste vor unbekannt Situationen und Menschen anbahnen, zeigt ein anderes Bild als beispielsweise eine junge Frau, die seit ihrer Kindheit Angst hat, fremde Toiletten zu benutzen.

Die Homöopathie, die von Samuel Hahnemann begründet wurde, arbeitet nach dem Ähnlichkeitsprinzip. Ähnliches wird durch Ähnliches geheilt. D.h. ich verschreibe der betroffenen Person die homöopathische Arznei, die ihren Befindlichkeiten am ähnlichsten ist. Als Karsten S. in meine Praxis kam, berichtete er von seiner Angst, nachts während des Schlafes zu ersticken. Die Angst besteht seit mehreren Jahren und manifestierte sich nach einer mehrstündigen, sehr komplizierten Operation unter Vollnarkose. Regelmäßig wurde er nachts mit massiver Atemnot wach. Hierfür verschrieb ihm sein Arzt ein transportables Sauerstoffgerät. Nach einer ausführlichen Anamnese wählte ich die Arznei, die den körperlichen Symptomen als auch den entsprechenden Empfindungen von Geist und Seele am ähnlichsten war. Ebenso floss die Entstehungsgeschichte dieser Angst in meine Repertorisation (der Weg, um das richtige Arzneimittel zu finden) ein. Einige Tage nach Einnahme der Arznei berichtete der Patient

über sich stetig verbessernden Schlaf bis hin zu Nächten, in denen er nicht mehr angstvoll aufwachte. Das Sauerstoffgerät steht seither unbenutzt im Schrank.



Heilpraktikerpraxis Dana Pfrötzschnier  
Untere Eichstädtsstraße 44, 04299 Leipzig  
Tel. 0157-77201735 · [www.praxis-pfrotzschnier.de](http://www.praxis-pfrotzschnier.de)

## Mein inneres Kind

von Sylke Kirsch

Was bedeutet es, wenn ich von meinem inneren Kind spreche? In meiner Kindheit gab es viele Erlebnisse, Begebenheiten, Situationen und Glaubenssätze durch Familie, Kindereinrichtung, Schule sowie meinem Umfeld, die mich geprägt, behindert oder begrenzt haben. Das hat sich tief in meine Zellen und in das kleine Mädchen von damals verankert. Es stellte sich mir die Frage, warum mich in meinem Erwachsenenleben Menschen oder Situationen wiederholt gefühlsmäßig stark bewegen? Die Forschungsreise in mein neues Leben begann: Durch Gespräche mit meiner Familie, mit Hilfe von liebevollen Coaches, durch Selbsterkenntnis und mit Unterstützung von Universal Withe Time durfte ich dieses Thema annehmen und aufarbeiten. Es war ein langer und ist noch nicht beendeter, oft auch schmerzlicher Weg und Erkenntnisprozess. Doch genau diese Erfahrungen waren für mein Leben, meinen Werdegang, meine persönliche Entwicklung ausschlaggebend. So erfahre ich immer mehr Leichtigkeit und ein tiefes Bewusstsein für die Zusammenhänge und die Spielregeln des/meines Lebens.



Sylke Kirsch · Tel. 0177-6855360 · [sylke.kirsch@gmail.com](mailto:sylke.kirsch@gmail.com)



## Energiearbeit

### Reise zur Quelle des Lebens

von Anne-Karen Fischer

Keine Zeit zum Pilgern? Ich nehme Dich mit auf den Weg. Reise mit mir an die Quelle des Lebens.

Eigens dazu habe ich ein Angebot entwickelt, dass sich an alle Menschen richtet, die Heilung und das Erwachen suchen. Ob unerfahren oder schon bewandert auf dem Pfad der Energiearbeit, die Potenziale der Quellenenergie wirken höchst individuell. Um diese kennenzulernen, lade ich Dich herzlich zu meinem Seminar „Reise zur Quelle des Lebens“ ein. Zentrales Anliegen ist die Freisetzung Deiner persönlichen Potenziale.

In einem einführenden Teil besprechen wir Anwendungsgebiete der Energiearbeit und Verknüpfungsmöglichkeiten mit anderen Heilmethoden wie dem Familienstellen. Anschließend beginnt die energetische Heilbehandlung mit Quellenenergie. Du erfährst eine grundlegende spirituelle Reinigung und streifst unnötigen Ballast von Dir ab.

So aufgeladen mit neuer Energie reist Du an Deine Quelle des Lebens. Entsprechend der Anliegen trittst Du in Dialog mit dem Ursprung allen Seins. Neue Perspektiven und Möglichkeiten eröffnen sich Dir. Gleichzeitig erschaffst Du die neue Realität, in der Deine einzigartige Energie am kraftvollsten wirkt. Du weißt nun um das beglückende Gefühl Dich selbst zu verstehen, mit Dir im Einklang zu sein und das Geschenk des Lebens in allen Facetten zu genießen.

Die Quelle des Lebens als Ort der Inspiration, Seelenschau und Einkehr bleibt Dir weiterhin offen. Mit dieser Methode zeigen sich weitere Schritte auf dem Weg zur Vollendung, zu erfüllenden Beziehungen, beruflichem Erfolg, Gesundheit und einem selbstbestimmten Leben.

#### Praxis Quelle des Lebens

**WGT\*-Special-Reise zur Quelle des Lebens** vom 14. bis 27.05. täglich 17-20 Uhr; Pfingsten zusätzlich 11-14 Uhr, 70 € (\*Wave-Gotik-Treffen)

**Initiierung in Quellenenergie** am 24.06., 14-17 Uhr

**Ausbildungswochenende „Erwachen im Alltag“** vom 29.06. bis 01.07. bei Berlin

**Einzel- und Gruppenbehandlungen, Energetische Reinigung der Materie und Einweihung in Quellenenergie** vor Ort oder per Telefon



**Veranstaltungen im „Einklang“ Leipzig:**

„Reise zur Quelle des Lebens“ am 12.05., 14-17 Uhr, 70 €

„Tanzende Aufstellungen“ am 10.06., 13-17 Uhr, 70 €

Praxis „Quelle des Lebens“ · Anne-Karen Fischer · Leipzig  
Tel. 0341-5861540 · [www.quelle-des-lebens.net](http://www.quelle-des-lebens.net)

## Nachgedacht: Reisenotizen

von Dietmar Allig

Bei einer morgentlichen ICE-Reise bemerkte ich, dass wir Menschen doch eigentlich so etwas wie Antennen, also Sender und Empfänger sind. Wir kommunizieren mit dem Gegenüber, wir beobachten, vergleichen und lernen von IHM. So transformieren wir quasi millimeterweise unser Bewusstsein. Lassen wir uns offen-herzig auf diese Begegnung ein, so führen uns unsere Sinne geradewegs in unsere ureigene Freiheit, Kraft und Freude.

Andersherum verführt uns jede Ideologie, jedes Verkrampfen, „Müsen“ automatisch auf Abwege. Diese Abwehr manifestiert sich bald in Beschwerden; wir verlieren uns, gleiten in die falsche Richtung, Chaos und Un-Glück nimmt zu. Versuchen wir doch einfach einmal, achtsam „auf Empfang“ zu gehen, hin-zuhören, wahr-zunehmen; den Rest „macht“ das Lebendige schon von selbst. Die höchste Ordnung des Seins wird sich sowieso überall durchsetzen, zeigen, bereit sein...uns liebevoll empfangen und willkommen heißen. Öffnen wir die Tore und geistigen Begrenzungen, richten unsere Antennen auf das Gegenwärtige und das Lebendige und suchen mutig-zuversichtlich unser Glück auf. Dann werden wir Empfänger für den Mensch, der uns gerade begegnet...er ist das gleiche Wunder, wie wir es selbst sind – das Wunder des Lebendigen...

Dietmar Allig · Begegnungszentrum „liebes-er-leben“ Wurzen · Tel. 0152-3207716





## Reihe: Das Wunder(bare) Vergeben. Ho'oponopono Teil 4: Der Friede beginnt mit mir...

von Kordula Möring, Heilpraktikerin in Leipzig

...das ist der Geist der hawaiianischen Vergebungsarbeit.

**Schritt 1:** „Es tut mir leid“ – damit startet Akzeptanz und Eigenverantwortung. Sowohl das Problem betreffend, also auch meine eigenen Schatten. Ein schwerer Schritt, der Zeit braucht. Wenn ich zu 100% Verantwortung übernommen habe für meinen Anteil, geht es zum **2. Schritt:** „Bitte verzeih mir“. Für die un-bewussten Probleme, die ich verursacht habe und die Missachtung des höheren Selbst aller Beteiligten. Es folgt der **3. Schritt:** „Ich liebe dich.“ Den anderen lieben – das kann gelingen, wenn man das Göttliche in jedem sieht. Und wenn man sich selbst liebt; mit allen Fehlern und Schwächen. Der **4. Schritt:** „Danke“. Das ist nicht nur ein einfaches Danke, sondern tiefempfundenes Bewusstsein darüber, was jetzt passiert. U. Duprée („Ho'oponopono“): „Denn ich verstehe, dass das Wunder zu mir unterwegs ist. Ich danke für die Transformation meines Anliegens. Nun bin ich frei von der energetischen Fessel der Vergangenheit“. Während meiner Behandlungen kommuniziere ich mit der inneren Weisheit des Klienten. Vergeben ist oft ein wichtiger Schritt Richtung Heilung und eine effektive mentale und körperliche Entgiftung. Manchmal darf ich als Behandlerin im Einklang mit der spirituellen Führung die Energien anschieben. Das eigentliche Vergeben jedoch ist die Aufgabe des Klienten.

**Tipp:** Erst einmal so tun als ob. Immer wieder. Im Bett, im Stau – überall ist Gelegenheit, präsent zu werden und in die Vergebung zu gehen. Irgendwann wird es leicht und beginnt zu wirken.

**Übung:** Suche einen Fehler, den Du Dir bis jetzt nicht verzeihen hast. Beobachte ihn aus der Ferne. Würdige ihn als Prozess, der zu Deinem Lernprozess gehört. Übe die 4 Schritte und lass los.

Heilpraxis HP Kordula Möring · Kochstr. 24, 04275 Leipzig  
Tel. 0177-5464188 · info@hpk.m.de

## Netzwerken in der Region Dresden-Elbland

von Kirsten von der Heiden

Liebe Interessierte an unserem Netzwerk, der Frühling hält viele Momente – auch wieder mehr im Freiraum – für uns bereit, um weiter in unsere innere Kraft zu kommen und uns im Miteinandersein zu stärken – ganz aus unserem jeweiligen Wesenskern heraus. Begegnung erfreut uns und wir haben bei Gesprächen miteinander, bei Netzwerktreffen in der Region und überregional, gemeinsamen Angeboten und besonders am 1.9.2018 zum 10jährigen Jubiläum viele Chancen uns weiter zu vernetzen! Wir sind freudig gespannt auf Eure Ideen, die Ihr in das Miteinander einbringen könnt.



Bei unserem Miteinandersein-Netzwerktreffen in Dresden haben wir die Biokonditorei & Café „Hellers Kuchenglocke“ genauer kennen gelernt. Martin Heller stellte uns das Konzept, die kinderfreundlichen Räumlichkeiten, Produktlinien und Geschmackvolles für den Gaumen vor. Wir sahen einen Vollbiobetrieb, der auf der Bäckerhandwerks-Tradition seit 1964 fußt und heute u.a. über die elterliche Biokonditorei Bucheckchen, vom Vorwerk Podemus (Fleisch), dem Auenhof (Obst) und Naturkost Erfurt beliefert wird. Ein Besuch lohnt sich – alles ist bio!

Unsere Zusammenkünfte leben vom Austausch untereinander mit fachlich-thematischen Impulsen. In diesem Quartal geht es verstärkt um Gefühle und das Miteinander, um das Netzwerken an sich. Werde einfach Teil davon! Anmeldungen, Mitmach-Angebote, Anregungen und Themenanfragen gerne telefonisch bei mir als Koordinatorin oder per E-Mail.

### Nächste Netzwerktreffen

#### Freitag, 25.05.2018 Netzwerktreffen ONLINE

17:30 Uhr – 19:00 Uhr mit Netzwerkkordinatorin Kirsten v. d. Heiden: Sich für gemeinsame Aktivitäten verabreden. Information unter [www.miteinandersein.net/dresden-elbland](http://www.miteinandersein.net/dresden-elbland) · Detailinformation (3 Tage vor Veranstaltung) über <https://wolke.kommunikationsgenie.de/veranstaltungen> · Zielgruppe: Alle am Netzwerken Interessierte.

#### Freitag, 20.07.2018 Miteinandersein Netzwerktreffen RADEUL

18:00 Uhr – 21:00 Uhr · Naturheilpraxis Twupack mit Antje Werner  
Thema: Tönen, Präsent sein & Selbstpflege · Adresse: Meißner Str. 91, 01445 Radebeul (UG) · Zielgruppe: Alle am Netzwerk und Thema Interessierte. Verbindliche Anmeldung bei Netzwerkkordinatorin Kirsten v. d. Heiden bis 16.08.2018 erbeten.

#### Mittwoch, 15.08.2018 Netzwerktreffen PESTERWITZ

19:00 Uhr – 22:00 Uhr · Thema: Vorbereitungstreffen zum Festival & 950 Jahre Pesterwitz mit Kirsten von der Heiden · Ort: Praxisraum in Pesterwitz, Willy-Gäbler-Weg 3, 01705 Freital, [www.resonanzbewusstheit.info](http://www.resonanzbewusstheit.info) · Zielgruppe: Alle Akteure und Kooperationspartner\*innen · Verbindliche Anmeldung bei Netzwerkkordinatorin Kirsten v. d. Heiden bis 10.08.2018 erbeten.

### Koordinatorin für Dresden-Elbland

Kirsten von der Heiden  
Tel. 0351-21088132, 0151-55519714  
E-Mail [info@bio-dresden-elbland.de](mailto:info@bio-dresden-elbland.de)  
[www.bio-dresden-elbland.de](http://www.bio-dresden-elbland.de)





## Gardasee

**Yoga & Wandern**  
08.09. – 15.09.2018





### Wanderung

|   |  |
|---|--|
| <h3>Leistungen</h3> <p>Täglich 30 Min. Yoga<br/>An- und Abreise im 4 * Reisebus<br/>7 Ü/HP im Clubhotel Olivi in Malcesine<br/>4 geführte Wanderungen<br/>Auf- und Abfahrt mit der Seilbahn zum Monte Baldo<br/>Schiffahrt auf dem Gardasee nach Sirmione &amp; Limone<br/>Weinprobe in Bardolino</p> | <p>Wanderung in Garda zum Rocca del Garda &amp; Mühlenal<br/>9 km 350 Höhenmeter hoch und runter</p> <p>Wanderung zum Sentiero del Ventrar auf den M. Baldo<br/>7 km 200 Höhenmeter hoch und runter</p> <p>Wanderung am Botanischen Garten Novezzina<br/>7 km 400 Höhenmeter hoch und runter</p> <p>Wanderung vom B. Maldo bis Rifugio Graziati<br/>11 km 450 Höhenmeter hoch 350 runter</p> |
|---|--|

pro Person im DZ € 1.358,00  
pro Person im EZ € 1.628,00

Betina Marinow Tel. 0175/ 1514162  
info@happytravel-leipzig.de







Ratgeber: „Du und Dein Partner“

## Wie die Liebe wachsen kann

von Astrid Dehnel



Unsere Beziehungen sind der gemeinsame Weg ins Glücklich-Sein oder das Gegenteil. Es gibt kaum etwas schöneres und doch herausfordernderes. Jedes PROblem dient unserem Wachstum, unserer persönlichen Ent-Wicklung. Wenn wir dies so sehen und nutzen, wird die Liebe wachsen. Beziehungen durchlaufen Phasen mit typischen Dynamiken. Jede Beziehung beginnt mit der „Flitterwochenphase“, mit freudigem Miteinander und Schmetterlingen im Bauch. Dieser folgt die „Machtkampfphase“ mit Enttäuschung und Streit um unsere Bedürfnisse und Kontrolle. Haben wir diese erfolgreich gemeistert, folgt die „tote Zone“, die von Funktionieren und nebeneinanderher Leben geprägt ist. Die Versuchung zum Seitensprung ist hier groß. Wenn wir auch diese Phase erfolgreich geschafft haben, folgt die „Phase der Partnerschaft“, wo Ebenbürtigkeit und das WIR-Gefühl beginnen. Auch in dieser Phase gibt es PRObleme, aber diese bringen uns und unsere Beziehung nicht mehr ins Schleudern. Jede gemeisterte Herausforderung in diesen Phasen lässt unser Vertrauen wachsen und hebt uns auf eine neue Ebene von Nähe und Verbundenheit. Das ist der Weg einer erfüllten Partnerschaft, in der die Liebe wächst.

**Im kostenfreien Ratgeber „Du und Dein Partner“** von Silvia Stiessel und mir findest Du mehr zum Thema. Wir senden Dir gern die aktuelle Ausgabe zu.

**Seminarempfehlung:** 5./6.5. „Herzerblühen – authentisch und frei in der Partnerschaft“, 23.6. „Miteinander und füreinander erfolgreich sein“, 30.6./1.7. „Liebe befreit“, 11.8. „Lieben, Leben, Lachen“

Astrid Dehnel, zertifizierter Coach (DCV)

Tel. 0170-7777627 · [www.vision-herz-verstand.de](http://www.vision-herz-verstand.de)

Silvia Stiessel · Kommunikationstrainerin für mehr Erfolg und Lebensfreude

Tel. 0172-1331253 · [www.psychologieverbindet.de](http://www.psychologieverbindet.de)

## Erfahrungsaustausch & Ausleihe

### Physikalische Gefäßtherapie BEMER

von Kirsten von der Heiden

Durch viel Stress, zu wenig Schlaf, einseitige Ernährung, ungesunde Lebensgewohnheiten, Krankheit und natürlich die Alterung verlangsamt sich die Pumpbewegung der kleinsten Blutgefäße. Dies betrifft die überwiegende Mehrheit aller Menschen. Dadurch sind die Blutzellen viel zu langsam unterwegs und können ihre Aufgaben nicht mehr ausreichend gut erfüllen. Eine Unterversorgung von Gewebe und Organen führt auf lange Sicht zu einem Nachlassen körperlicher und geistiger Leistungsfähigkeit, Schmerzen, Befindlichkeitsstörungen sowie Krankheit.



Die Physikalische Gefäßtherapie BEMER kann dem in einem natürlich begrenzten Rahmen entgegenwirken. Mit Hilfe elektromagnetisch übertragener Stimulationssignale stimuliert sie die Pumpbewegung der kleinsten Blutgefäße und kann somit den Blutfluss in diesem Bereich wieder normalisieren. Die Körperzellen werden wieder besser versorgt und können ihre vielfältigen Aufgaben erledigen: Zum Beispiel Schmerzen bekämpfen, Wunden heilen, Energie für körperliche und geistige Leistung zur Verfügung stellen oder auch das allgemeine Wohlbefinden wieder herstellen.

Wer sich selbst ein Bild machen möchte, kann gerne einen Gutschein für eine kostenfreie Anwendung bei mir erhalten. Eine Ausleihe des Ganzkörper-Applikators, B.PAD, B.SPOT, B.Light ist ebenso gegen eine Ausleihegebühr möglich.

Kirsten von der Heiden · Tel. 0351-21088132, 0151-55519714

Austausch über die WhatsApp-Gruppe

„B.Partner Verleih/Testen“

[kirsten.von-der-heiden@bemermail.com](mailto:kirsten.von-der-heiden@bemermail.com)

[www.vonderheiden.bemergroup.com](http://www.vonderheiden.bemergroup.com)



## Angebot

### Mitwohnen in Pesterwitz

von Kirsten von der Heiden



...in guter Lage und Dresdennähe (8 km bis zur TU Dresden oder zur Forststadt Tharandt) mit guter ÖPNV-Anbindung. 1-2 Zimmer zur Tages- bzw. Kurzzeitmiete bis 3 Monate mit Dusch-Bad und Gartenzugang.

Sie möchten sich unterwegs zuhause fühlen oder sind für Bildung in die Region gekommen? Ich spreche Deutsch, Englisch & Spanisch.

Weitere Auskünfte bei K.v.d.Heiden Tel. 0172-2728692 · [heiden.plagge@gmx.de](mailto:heiden.plagge@gmx.de)

## Anbietersverzeichnis / Termine

**Kirsten von der Heiden** · Resonanzbewusstheit · Psychol. Beraterin/Coach/Trainerin; Entspannung mit ATP/PMR, Achtsamkeitsübungen, Berufungs- & Karriereberatung, System. Prozessarbeit, Burn-Out-Prävention, Trauerbegleitung/-reden · [Willy-Gäbler-Weg 3, 01705 Freital](mailto:Willy-Gäbler-Weg 3, 01705 Freital) ☎ 0351-21088132 0151-55519714 · [www.resonanzbewusstheit.info](http://www.resonanzbewusstheit.info)

**Silvia Stiessel** · powerful mind: Dein Kommunikations- und Beziehungstraining für mehr Erfolg und Lebensfreude · Erfolgcoaching, Gruppenseminare, intuitives Heilströmen · [Quelle für Erfolg und Lebensfreude](mailto:Quelle für Erfolg und Lebensfreude) · Leisniger Str. 48, 01127 Dresden ☎ 0172-1331253, [www.psychologieverbindet.de](http://www.psychologieverbindet.de)

**Powerful Mind klassik:** offene Studiengruppe  
Start am Di, 19 Uhr am 9.5. / 26.6.

**Astrid Dehnel**, zert. Coach (DCV) · Miteinander, füreinander, erfolgreich – leben mit Vision, Herz und Verstand Life- u. Business Coaching, Teamentwicklung, Coachinggruppen & Seminare, Jahrestrainings, Berlin & Dresden · ☎ 0170-7777627 Facebook: Coachingzentrum Astrid Dehnel [www.vision-herz-verstand.de](http://www.vision-herz-verstand.de)

**Offene prozessorientierte Coachinggruppe „Gemeinsam neue Wege gehen“**

19 Uhr am Do 24.05. / Fr. 22.06. / Do. 09.08. · Leisniger Str. 48, 01127 Dresden

**Coachingtag** · Termine nach Vereinbarung am Do. 24.05. / Fr. 25.05. / Do. 22.06. / Do. 09.08. / Fr. 10.08. · Leisniger Str. 48, 01127 Dresden

**Liebe leben:**

Do 21.06. 19 Uhr **Sommersonnenwende - Liebe für Mutter Erde, Rituale und Feiern**

So 23.06. 10-18 Uhr **Tagesseminar Miteinander und füreinander erfolgreich Sein**

Schloss Großmehlen, Dr.-Z.-von Lingenthalstr. 1

**Gesundheitszentrum EINKLANG e.V.** · Kontakt: Roswitha Donner-Krause (Vorsitzende) · [Pfaffensteinstr. 1b, 01277 Dresden](mailto:Pfaffensteinstr. 1b, 01277 Dresden) · ☎ 0351-2168989, Mobil 0171-3226788 · [einklang.dresden@gmail.com](mailto:einklang.dresden@gmail.com), [www.einklang-dresden.com](http://www.einklang-dresden.com)

**Achtsamkeitsbasierte Stress-Bewältigung** Kurs dienstags 18 Uhr

**QLB Atemmeditation** mittwochs 18 Uhr

**Dynamische Meditation** sonntags 6-7 Uhr

**Vortrag Hanf – die Rückkehr eines großen Heilmittels** am 7.5. / 24.5. jeweils 18:00 - 19:30 Uhr

**Forum für ganzheitliches Wohlbefinden e.V.** · Sibylle Bräuer Ernährungs-/ Lebensberaterin, Vorstandsvorsitzende des FGW e.V. [Naturheilzentrum Pirna - Schlosspark 8, 01796 Pirna](mailto:Naturheilzentrum Pirna - Schlosspark 8, 01796 Pirna) ☎ 03501-71036-39 / -30 · [www.forum-fuer-ganzheitliches-wohlbefinden.de](http://www.forum-fuer-ganzheitliches-wohlbefinden.de)

**Harmonie und Entspannung für Körper, Geist und Seele** · Viola Golz · Aromatologin, Lebensberatung, Bewusstseinsarbeit, Coaching, Vorträge, Seminare · [Meissner Allee 3, 01665 Klipphausen/OT Gauernitz](mailto:Meissner Allee 3, 01665 Klipphausen/OT Gauernitz) · ☎ 0351-4521393 0157-74795396 · [viola-golz@gmx.de](mailto:viola-golz@gmx.de)

**Facial Harmony** · Steffi Böhme · Meridianbehandlung im Gesicht · [Am Sportplatz 4, 01705 Freital](mailto:Am Sportplatz 4, 01705 Freital) · Behandlungsorte: Dresden-Plauen in der Bienertmühle, in Freital OT Pesterwitz und in Zinnwald ☎ 0351-31909033, Mobil 01522-6238481 · [steffi.boe@gmx.de](mailto:steffi.boe@gmx.de) · [www.steffiboehme.de](http://www.steffiboehme.de)

**Privatpraxis für ganzheitliche Schmerztherapie** · Dipl.-Med. Hjalmar Baldauf · FA für Orthopädie, Spezielle Schmerztherapie, Chirotherapie, Diplomhomöopath, Osteopathie, Kinesiotherapie, Bachblüten, Neuraltherapie, Akupunktur, Bioresonanztherapie, Orthomolekulare Medizin · [Schandauer Straße 43, 01277 Dresden](mailto:Schandauer Straße 43, 01277 Dresden) · ☎ 0351-31909536 · [www.naturliches-heilen-baldauf.de](http://www.naturliches-heilen-baldauf.de)

**Familienstellen Christian Schilling** · weitere Termine/Orte siehe [www.familienstellen.org](http://www.familienstellen.org)

**Radebeul Sportstudio Zinke 5.5** / 16.9. jeweils 10-18 Uhr

**Dresden Physiotherapie Ruhla 2.6** 10-18 Uhr

## NEUE PARTNERIN

**RINGANA Frischepartnerin** · Katharina Barth · Beratungen, Infotermine und Vertrieb frischer Naturkosmetik sowie natürlicher Vital- und Nährstoffe, kostenlose Beratung, Kooperationen für Vorträge und Workshops · 01239 Dresden · ☎ 0176-70615062 · [katharinabarth@gmx.de](mailto:katharinabarth@gmx.de) [www.frischegefuehl.de](http://www.frischegefuehl.de)

Details auf [www.miteinandersein.net/dresden-elbland/](http://www.miteinandersein.net/dresden-elbland/)





**Mai 2018**

**Freitag, 04.05.2018**

20:00 Uhr Vortrag **Personalisierte, gesunde Ernährung** mit Ina Klinger · Schneeberg · E

**Samstag, 05.05.2018**

5.–6.5. Seminar **Beziehung & Partnerschaft** für Singles & Paare mit Katharina Radestock Fraureuth · M

5.–6.5. Seminar **PRANA 1** – Grundlagen der Pranaheilung mit Grit Wehrauch · Schwarzenberg · C

15:00 bis 18:00 Uhr **Frauenwanderung durch den Frühling** für Frauen ab 40 mit Ute Rademann · Schwarzenberg · Treffpunkt B

**Mittwoch, 09.05.2018**

18:30 Uhr Märchenaufstellung „**Die Bienenkönigin**“ mit Bettina Brückner · Annaberg-Buchholz · I

**Donnerstag, 10.05.2018**

10.–17.5. **Fastenwandern** im schönen Elstertal (siehe Seite 8) mit Sonja Röpké · T

10:00 Uhr Workshop **Obstbaumveredelung** mit Ulrike Rußner · Greiz · R

11:00 bis 19:00 Uhr **Aufstellungen in der Gruppe** mit Katharina Radestock · Fraureuth · M

**Freitag, 11.05.2018**

17:00 Uhr **Brötchen, Müsli & Co** – Brötchen backen mit Sandra Müller · Eibenstock · F

**Samstag, 12.05.2018**

11:00 bis 16:00 Uhr **PflanzenMarkt** von alten Gemüsesorten, Kräutern und Blumen aus eigener Saat und Anzucht · Mülsen OT Wulm · P

**Sonntag, 13.05.2018**

16:30 Uhr Muttertags-Konzert „**Des Dichters neue Kleider**“ · Eibenstock · F

**Montag, 14.05.2018**

19:00 Uhr Vortrag **Das Geheimnis der bosnischen Riesenpyramiden** mit Thomas Ritter Eibenstock · F

**Mittwoch, 16.05.2018**

17–20 Uhr **Brotbacken aus vollem Korn** mit Sauerteig mit Kathrin Zinn · Jöhstadt · H

**Dienstag, 22.05.2018**

25.–27.5. **Atme Dich frei!** Das Lebensentwicklungstraining mit Robert Jayd Tettero · Eibenstock · F

**Donnerstag, 24.05.2018**

Erlebnis-Dia-Abend **Spirituelle Kamel- und Wandersafari in die Stille der Wüste Sinai** Schneeberg · S

**Freitag, 25.05.2018**

15:00 bis 20:00 Uhr Workshop **MET-Klopftechnik** mit Ina Klinger · Schneeberg · E

25.–26.5. Seminar **Achtsamkeit, mit gewaltfreier Kommunikation und Yoga** mit Ralph Böttrich & Heike Seewald-Blunert · Meinersdorf · K

19:00 Uhr **Mantrenabend im Tipi** mit Gitarren- und Trommelklängen mit Ann König · Thalheim

**Samstag, 26.05.2018**

ab 10 Uhr Kairos Spezialsprechstunden **Schulterschmerz, Ellbogen** mit Beate Hausteil & Bärbel Espig (siehe Seite 12) · Schwarzenberg · D

10:00 bis 20:00 Uhr Tagesworkshop **Die Kraft der Emotionen** mit Jana Münzner · Schwarzenberg · A

**Sonntag, 27.05.2018**

10:00 bis 18:00 Uhr Seminar **Öffne Dein Herz für Dich & Dein Leben** mit Katharina Radestock · Fraureuth · M

**Donnerstag, 31.05.2018**

31.5.–4.6. **Erzgebirgswanderung mit Paläo-Ernährung und Übernachtung unter freiem Himmel** mit Andreas Müller und Andreas Schuster (siehe Seite 13) · Schwarzenberg · D

**Juni 2018**

**Samstag, 02.06.2018**

09:00 bis 21:00 Uhr Tagesworkshop für Frauen **Strahlende Weiblichkeit** mit Jana Münzner Schwarzenberg · A

19:00 Uhr **Kristallklangwelten & Buddhistische Geschichten** mit Kartin Huß, Manuela Ina Kirchberger und Thomas Plum, www.klangtempel.net · Kirche zu Kayna Zeit

19:30 Uhr Multimedia-Vortrag „**Alpenüberquerung von Oberstdorf nach Meran**“ mit Berg-Wanderführer Peter Dittrich · Eibenstock · F

**Samstag, 09.06.2018**

15:00 bis 18:00 Uhr **Frauenwanderung durch den Frühling** für Frauen ab 40 mit Ute Rademann · Schwarzenberg · B

**Freitag, 15.06.2018**

18:00 bis 21:00 Uhr **Entspannungsabend für Frauen** mit Jana Konrad · Geyer · S

**Samstag, 16.06.2018**

14–18 Uhr **MiteinanderSein – Vegetarisches Familienpicknick** (bitte Speisen/Getränke mitbringen) am Stadtstrand in Schwarzenberg (hinter Rathaus)

**Mittwoch, 20.06.2018**

18:00 Uhr **Veggi-Stammtisch am Lagerfeuer** Crimmitschau OT Gablenz · Q

19:30 Uhr Themenabend **Trauma – Was kann man selbst tun? Wie kann man es aufarbeiten?** mit Bettina Brückner · Annaberg-Buchholz · I

**Donnerstag, 21.06.2018**

21.–24.6. **Kreativ- & Gesundheits-Wochenende mit Mal- und Yogakursen** · Eibenstock · F

19:00 bis 21:00 Uhr Jahreskreisfest **Sommersonnenwende** mit Katharina Radestock · Fraureuth · M

19:30 Uhr **OLBERNHÄUER MiteinanderSein Netzwerktreffen Sommersonnenwende in der Sapana Nepal Boutique** in Pockau-Lengdorf · Anmeldung bei Yvonne Scholz · L

**Freitag, 22.06.2018**

19:00 Uhr **MiteinanderSein-Netzwerktreffen Vogtland in Rapunzels Waldgarten PLAUE** · Anmeldung bei Antje Zimmer, 0151–24012220 · info@bio-vogtland.de

**Samstag, 23.06.2018**

10–18 Uhr **Weibernest – Frauen Heilseminar** mit Katharina Muuß-Adamek · Meerane · O

**Samstag, 30.06.2018**

ab 10 Uhr Kairos Spezialsprechstunden **Schwindel, Tinnitus, Kopfschmerz** mit Beate Hausteil & Bärbel Espig (siehe Seite 12) · Schwarzenberg · D

10:00 bis 18:00 Uhr Tagesworkshop **Selbstermächtigung – BewusstSein im Wandel** mit Jana Münzner · Schwarzenberg · A

ab 14:00 Uhr **Netzwerk MiteinanderSein SOMMERFEST im Gelände der Villa „Lebenslicht“** · Fraureuth · M

**Juli 2018**

**Samstag, 07.07.2018**

10:00 bis 18:00 Uhr **Atem und Spirit** Tagesworkshop mit Jana Münzner · Schwarzenberg · A

**Samstag, 14.07.2018**

14.–15.7. **Reiki einweihung in den 1. Grad** mit Jana Konrad · Geyer · S

19:30 Uhr **Meditationsabend „Inneres Kind“** Begegne liebevoll Deinem inneren Kind und heile es, mit Kathrin Baum · Grünhainichen · V

**Samstag, 21.07.2018**

10:00 bis 20:00 Uhr Tagesworkshop **Die Kraft der Emotionen** mit Jana Münzner · Schwarzenberg · A

4.8. 10:30 bis 12:30 Uhr **Chakra Workshop** mit Steffi Groß · Villa „Amoenitas“ Crimmitschau · P

**ANBIETERVERZEICHNIS**

**Erzgebirge – Aue / SZB**

**Netzwerkleitung · Ann König & Uwe Reiher Breitenbrunn** · info@miteinandersein.net ☎ 0176-56892679

**Vollwertköchin & Ernährungsberaterin Sandra Müller** · Koch- und Backkurse, Brotbackseminare, Kochkurse für Kinder · ☎ Hammerleithe 15, 08359 Breitenbrunn · ☎ 0172–7942419, info@vollwertkochen-erzgebirge.de www.vollwertkochen-erzgebirge.de

**Sauerteigbrotbackkurse** 10 Uhr am 23.6. in Eibenstock · E **Brötchen, Müsli & Co-der Frühstückskurs** 17 Uhr am 11.5. in Eibenstock · E

**Sawadee Massage · Rattana Albert**, Ganzheitliche energetische Massagen: Traditionelle Thaiändische Massage als Ganzkörper-, Rücken- od. Fußmassage; Aroma-Duftöl-, Hot Stone- & Kräuterstempelmassage · ☎ Hauptstraße 2, 08359 Breitenbrunn · ☎ 037756–810073, 0152–26577743

**AJana Münzner · AMRYTA – Zentrum für Ganzheitliche Entwicklung** · Verbundener Atem, Reinkarnationsanalyse, Kundalini-Yoga, astrologische und psychologische Beratung, Frauengruppen · ☎ Karlsbader Str. 2A, Schwarzenberg ☎ 0162–7486264 · E-Mail: janamuenzner@web.de

**Verbundener Atem** 09:00 Uhr am 8.5./12.6./17.6. 18:30 Uhr am 16.5./13.6./18.7. **Frauenabend** – Ganz Frau sein 19:00 Uhr am 18.5./8.6./20.7.

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

**EKH Therapiezentrum – Naturheilpraxis HP Thomas Spatz** · TCM, Akupunktur(massage), Chin. Kräutertherapie, Schröpfen, Moxibustion, Diätetik (TCM), Dunkelfeldmikroskop., Enderlein-Sanum-Therapie, Medi-Taping, Man. Therapie · Mirjam Dittrich: Osteopathie ☎ Clara-Zetkin-Str. 72, 08340 Schwarzenberg ☎ 03774–265550 · www.ekhmbh.de

**Bute Rademann** · zertifizierte Beraterin mit ganzheitlichem Ansatz, Vorträge, Kurse, Einzelberatung rund um die Gesundheit in der Lebensmitte / Wechseljahre · ☎ Obere Schlossstr. 3 08340 Schwarzenberg · ☎ 03774–762071 www.wechseljahresbegleiterin.wordpress.com **Frauenfrühstück im Jahreskreis** immer am 1. Donnerstag im Monat 3.5./7.6., jeweils 10:00–12:00 Uhr

**CPRANAzentrum Schwarzenberg · Grit Wehrauch** · HP für Psychotherapie · Pranaheilung nach Master Choa Kok Sui, Behandlungen, Infovorträge, Seminare ☎ Vorstadt 4, Schwarzenberg · ☎ 0173–3822353 · www.pranaheilung-erzgebirge.de **Freie Heilungstermine (Free Healing)** jeden 3. Montag im Monat 17:00 und 18:00 Uhr **Friedensmediation** jeden Mittwoch 8:00 Uhr **Sri Sai Prana Yoga®** mit Grit Wehrauch di 7:30 Uhr / di 19:00 Uhr / do 18:30 Uhr **Kundalini Yoga** mit Diana Zimara, mi 18:00 Uhr

**D Vitalzentrum Schwarzenberg · Jana & Andreas Müller** · Osteopathie, HP für Physiotherapie, Personaltraining, Analyse, indiv. Ernährungs- & Trainingspläne, Trainingskurse, basische Körperpflege, Vorträge · ☎ Anton-Günther-Str. 1, 08340 Schwarzenberg · ☎ 03774–25907 www.vitalzentrum-schwarzenberg.de

**Maler Lutz Fischer** · Dekorative Wand- und Farbgestaltung mit **Feng Shui**, Farben & Putze, Geomantie · ☎ Am Milchbach 30, 08359 Breitenbrunn OT Erlabrunn · ☎ 0174–2030838 E-Mail: lutz-fischer1@web.de

**Sylvie Lutz** · ärztlich geprüfte **Gesundheitsberaterin** GGB · Vorträge u. Praxiskurse zu Vitalstoffreicher Vollwertkost & Naturkosmetik, Thermomixservice, -ausbildung u. Kochtreffs, Dunkelfeld-Mikroskopie · ☎ Alte

Annaberger Str. 22a, 08340 Schwarzenberg ☎ 03774–505668 · www.biohummel.de

**Vertriebsagentur Hähnert · Ludmilla Hähnert** · Vermögenssicherung, Edelmetallspezialistin · ☎ Talstraße 6, 08340 Schwarzenberg ☎ 03774–23957, 0160–97075437 · haehnert.auto@online.de · www.fairaarium.de, www.ludmilla.haehnert24.com

**Landwirtschaftsbetrieb u. Erlebnisbauernhof**, Inh. **Jörg Nestler**, naturnahe Bewirtschaftung, Kindergeburtstage u. Schulklassen · **Hoffaden Birgit Nestler**, Fleisch- u. Wurstkonserven, Kräuterspezialitäten, Wildkräuterwanderungen ☎ Thomas-Müntzer-Weg 1, Kuhstall: Bauernweg 6, 08355 Rittersgrün · ☎ 037757–7978 www.eiei-nestler.de

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

**Ganzheitliche Physiotherapie „Lebensfreude“ · Ina Klinger** (HP Physioth.) · Klass. Physiotherapie, Aura Soma, Auraanalyse am Computer, Energet. Massagen, Japan. Heilströmen, Meridian-Klopf-Technik, Lebensber. ☎ Prof.-Dr.-Konrad-Zuse-Str. 4, 08289 Schneeberg 03772–3729056, www.lebensfreude-ina-klinger.de

**Kunsthof Eibenstock – mit Kunsthaus und Hundertweltenhaus** · Inh. **Kerstin & Wolf-Dietrich Schreier** · Konzerte, Filme, Vorträge u. Seminare, Yoga und Pranaheilung, Musik- und Kreativkurse, multikulturelle Traum-Ferienwohnungen · ☎ Ludwig-Jahn-Str. 12, Eibenstock · 037752–50420 · www.kunsthof-eibenstock.de

**Kunstcafé geöffnet** Mi-So 14-18 Uhr sowie in den Ferien und an Feiertagen und wöchentliche Kurse: **Sri Sai Prana Yoga- und Kundalini-Yoga Friedensmeditation** 19 Uhr am 2.5.

**G Hotel – Restaurant – Panoramasauna Campingplatz Forstmeister** · Ausbildung zum Kräuterpädagogin BNE, Wildkräuterwanderungen, Kochkurse mit Wildkräutern, Kurse – Herstellung von Naturkosmetik ☎ 08304 Schönheide, Auerbacher Str. 15 ☎ 037755-630, www.forstmeister.de

**Kräuterwanderungen** 9:30–11:30 Uhr am 5.5./19.5./26.5./6.6./9.6./23.6./4.7./14.7./28.7./1.8. **Kräuterkochen – Wanderung mit Verarbeitung** 9:30–15:00 Uhr am 8.5./5.6./3.7./7.8. **Kräuterbacken – Wanderung mit Backen** 9:30–12:30 Uhr am 16.6./18.8.

**Erzgebirge – Annaberg**

**H Gesundheitsberaterin Kathrin Zinn** „Wertvoll-Lebendig-Sein“ · Ernährungsberatung „Ess-Beziehung“, Fachberatung für Säuglings- und Kinderernährung, Fastenbegleiterin, Kurse, Vorträge, Seminare (Ernährung, Heilkräuter, Brot backen) · 09471 Königswalde · ☎ 0175–6691765 · www.gesundheitsberatung-zinn.de **Kräuterwanderung „Heilkräuter im Sommer“** 16.6./7.7. jeweils 15 Uhr

**Gesundheitspraxis für Vitametie · Katrin Weißer & Yvonne Ebert** · moderne u. praxiserprobte Methode für Ihre Gesundheit, ganzheitl. Behandlungsmethode für Muskulatur, Wirbelsäule und Nervensystem · ☎ Obere Schmiedegasse 2, 09456 Annaberg-Buchholz · ☎ 03733–6896600 · www.vitametik-katrin-weisser.de

**bioFee – ökologisches Catering · Katja Schönherr** · leckere Biomenüs als Bring-service, Biopartyservice u. Veranstaltungscatering Annaberg · ☎ 0371–9090745 · www.bio-fee.de

**Bettina Brückner · Praxis „Leicht – Sein“** Familien- u. Systemaufstellungen, Einzel- und Paararbeit nach vorheriger Anmeldung ☎ Max-Michel-Straße 15, 09456 Annaberg-Buchholz · ☎ 03733–26401 · E-Mail: bettina.brueckner@gmx.de

**Offener Abend Familienstellen** 2.5./6.6./11.7. jew. 18:30 Uhr





**Regina Rößler-Wagner** · Zentrum für Geistiges Heilen: Geistheilung, spirit. Lebensberatung, astrolog. Psychologie, Aurachirurgie, Seminare **Studio für Naturkosmetik & Ganzheitl. Anwendungen:** Naturkosm. Anwendungen, Verkauf, med. Fußpflege, Reflexzonenther. ☒ Annaberger Straße 82, 09484 **Kurort Oberwiesenthal** · ☎ 037348-3962 u. -22200

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

**Naturheilpraxis Dr. Burkhard Flechsig** Facharzt für Allgemeinmedizin, Naturheilverfahren, Master of Arts, Komplementäre Medizin-Kulturwissenschaften-Heilkunde F.X. Mayr Arzt, Homöopathie, (G. Vitoulkas), Dozent für biol. Medizin (Uni Mailand) · ☎ 03734-12150 ☒ Schillerstraße 68, 09427 **Ehrenfriedersdorf** www.naturarzt-flechsig.de

**J Bewegungsschule & Therapie · Bärbel Espig** Physiotherapeutin, Systemische Narbentherapie nach Boeger, Spirdaldynamik, Betriebliche Gesundheitsförderung, Sturzprävention, Organisation Feldenkrais WE · ☒ Annaberger Str. 65, 09474 **Crottendorf** · ☎ 0171-7482649 www.physiotherapie-espig.de

**Gabriela Schlenz** – Malerei / Grafik / Kunst in der Natur · ☒ Schlettau Straße 4, 09468 **Tannenberg** · ☎ 03733-542915 · www.gabriela-schlenz.de, www.atelier-engelsberg-fundgrube.de

## Erzgebirge – Stollberg

**Hanfladen Stollberg** · Bio-Lebensmittel, Naturkosmetik und ökologische Kleidung aus der alten Nutzpflanze Hanf ☒ Schillerstraße 6, 09366 **Stollberg** ☎ 037296-448850 · www.hanfare.de

**Ronny & Katja Kircheis** · Neukirchner Villa: Veranstaltungen, Vermietung, Konzerte, **Architekturbüro:** Stadtplanung, Global Scaling, Vedische Baukunst · ☒ Roßtaler Weg 5, 09380 **Thalheim** · ☎ 03721-265353 · www.ronny-r-kircheis.de, www.neukirchner-villa.de

**Praxis für Komplementäre Medizin** · Dipl.-Med. **Wolfram Alexander**, FA für Kinder- u. Jugendmedizin, Klass. Homöopathie (Dipl.), homöop. Eigenblutbehandlung, Orthomol. Medizin, Mikroimmun-, Colon-Hydro-, Klangtherapie, Health Coaching mit Metabolic-Balance ☒ Robert-Koch-Straße 5, 09380 **Thalheim** ☎ 03721-84368 · www.homoeopathiearzt-alexander.de

**LEBENSFREUDE** · Dipl. Lebensberaterin **Birgit Yameira Teßmann** · Mediale Lebensberatung, Tierkommunikation, Energiearbeit ☒ Chemnitz Straße 6, 09221 **Neukirchen** ☎ 03721-2738038 · www.lebensfreude-tesmann.de, www.facebook.de/lebensfreude-tesmann

**K Heike Seewald-Blunert** · Kontrast Reich Raum für Lernen und Entspannen, integrative Lernertherapie, Kompetenztraining für Erzieher, Yogatherapie im Tuch ☒ Hauptstr. 11, 09235 **Burkhardtshaus** · ☎ 0177-8587507 www.kontrast-reich-training.de

## Erzgebirge – Marienberg

**Koordinatorin Raum Oberrhein · Yvonne Scholz · Olbernhau** · yvonne-scholz@t-online.de · ☎ 037360-71467

Dipl.-Ing. **Uwe Böhm** · Produkte aus der Natur für die Natur, für **gesundes Gärtnern**, zur Revitalisierung des Bodens, natürlicher Pflanzenschutz u. Dünger, Beratung zu Problemen im Garten und vieles mehr · ☒ Oberer Weg 17, 09432 **Großolbersdorf OT Hohndorf** · ☎ 03725-4499702 www.natur-concepts.de

**Marco Helmert** · Helmert-Seminare.de Fortbildungs- und Seminarzentrum Marienberg, www.helmert-seminare.de · **Merlins-Tor:** Schamanisches Heilen, Astrologie, Coaching, spirit. Seelsorge, Meditation · ☒ Anton-Günther-Weg 1a, 09496 **Marienberg** · ☎ 03735-661888 · www.merlins-tor.de

Dipl. Ing. **Eberhard Haase** · Holographischer Raumklang, **Naturschallwandler**, Musik

nicht nur hören, sondern spüren · ☒ Lehngasse 4, 09514 **Lenzfeld** · ☎ 037367-2722 www.naturschallwandler.de

**Michael Zinnen** · Instrumentenbau, -verkauf, Seminare & Baukurse: Monochorde, Tamburen, Klangliegen, Planetenharfen (Neu); Vertrieb: Didgeridoos, Kristallklangschaalen, frische Aloe Vera ☒ August-Bebel-Str. 37, 09579 **Borstendorf**, ☎ 037294-87500 · info@elmi-holzkunst

**Mensch sein & Entwicklung · Silke Baumann** Praxis für lösungsorientierte Psychologie; Seminare-Beratung-Training-Impulsabende zur Selbstführung mit Leichtigkeit für ein erfolgreiches Business und erfüllteres, lässigeres Leben; ☎ 01525-4217453 · www.mensch-sein-und-entwicklung.de

## Raum Zwickau

**Koordinatorin Raum Zwickau / Werdau Madlen Ostertag** · Trünzig · ☎ 0174-1902705 · zwickau@miteinandersein.net

**Naturheilpraxis Breitfeld** · Heilpraktiker **Jens Breitfeld** · Pflanzenheilkunde, Pilzheilkunde, Orthomolekulare Medizin · ☒ Heinrich-Heine-Str. 6, 08112 **Wilkau-Haßlau** · ☎ 0375-21439436 · www.naturheilpraxis-breitfeld.de  
**Kräuterwanderungen** (Treffpkt. Am „Schnitzereheim“, Wilkauer Straße 56, Zwickau) 27.5. / 24.6. jew. 9-12 Uhr / 15.7. 14-17 Uhr

**M LEBENS LICHT** – Spirituelles Gemeinschaftsprojekt · **Sina Ebersbach Patchouli** · Energiearbeit für Frauen und Kinder · Aromatherapie, Massagen, schamanische Heilarbeit und Rituale, geistiges Heilen **Villa in der Ferdinand-Puchertstraße 11, 08427 Fraureuth** · ☎ 0176-45832724 · info.patchouli-energiearbeit@web.de

**Offener „Lebenslichtabend“** ab 18 Uhr am 18.5. / 22.6.  
**MutterErde Tanz – Heil- und Ritualanz** 8.5. / 12.6. 19-21 Uhr  
**Ringana** mit Kristin & Sandra Gutmann Frischeabende: 3.5. / 24.5. / 22.6. / 12.07. 18 Uhr Ringana Workshops: 17.5. / 7.6. / 4.7. 18 Uhr **Massagen** mit Michael Dörfel · **Einzelarbeit und Aufstellungen** mit Katharina Radestock 28.5. / 26.5. / 23.7. Termine zwischen 10-20 Uhr **STIMMenworkshop** 9.6. / 14.7. 10-17 Uhr

**Franziska Kleeblatt** · Initiatorin für Entfaltungskreise, Selbst- und Problemreflexion, positive Persönlichkeits-Korrektur, Tarot-Legungen · VA-Ort: Villa „Lebenslicht“, Ferdinand-Puchert-Straße 11, 08427 **Fraureuth** ☎ 0176-64263301, die\_schleiereule@web.de  
**Augentrainings-Gruppe** 15 Uhr Di 15.5. / 29.5. / 12.6. / 26.6. / 10.7. / 24.7. Mo 7.5. / 21.5. / 4.6. / 18.6. / 2.7. / 16.7. / 30.7.  
**Entfaltungskreis „Gesellschaft u. Nacktheit“** 18 Uhr Di 15.5. / 29.5. / 12.6. / 26.6. / 10.7. / 24.7.

**Wasser ist Leben** – Neue Dimension in der physikalisch-bio-energetischen Wasseraufbereitung, Verwirbelungstechnik nach dem Vorbild der Natur · Wasseraktivatoren, Trinkwasseranlagen, Persönlicher Kontakt und Beratung **Thomas Schön** Wiesenweg 16, 08427 **Fraureuth** · ☎ 0172-9089323 · thomas.schoen@freenet.de

**Ute Weidenmüller-Thomas** · Praxis für Logopädie, LRS/Legasthenie, Rechenschwäche/Dyskalkulie, Auditive Verarbeitungs- und Wahrnehmungsstörung, Psychologische Beratung · ☒ Pestalozzistr. 27, 08062 **Zwickau** 0375-7881491 oder 0177-3783773 · info@logopaedie-planitz.de, www.logopaedie-planitz.de

**N Systemisch-Spirituelle Wegbegleitung Anke & Michael Patzsch** · Einzel-, Paar- und Familienberatung, Männerarbeit, Schamanische Energiearbeit und Pilgerbegleitung · ☒ Freitagstraße 4, 08066 **Zwickau** · ☎ 0172-3711312 www.dein-wegbegleiter.com | www.eingutesgesprach.de

**Männerrunde** jed. 2. Mi. im Monat 19:30 Uhr **Weiberwirtschaft** 2.5. / 13.6. / 31.7. 19:00 Uhr 16.-30.5. **Pilgerbegleitung Frankreich** 24.-27.5. **Frauen-Pilgern Naumburg - Weimar** 26.-29.7. **Mutter-Tochter-Pilgern**

Mit statt Wut! · **Heilpraxis Nancy Bauer** Heilpraktikerin Psychotherapie · Schwerpunkte: Traumatherapie EMDR (Level 1&2), Metamorphose, Bild- und Gestalttherapie, Kinesiologie ☒ Innere Schneeberger Straße 14, 08056

**Zwickau** · ☎ 0179-9289429 · bauernancy@icloud.com

**Heilpraxis Vital** · Heilpraktikerin **Kerstin Hölle- ring** · Kristallbett, BioScan Vitalanalyse, Vitalstoff- und Schwerkmetallanalyse ohne Blutentnahme schnell, schmerzfrei und nicht invasiv · ☒ Waldsiedlungsstraße 15A, 08412 **Werdau** · ☎ 0172-3661000 · www.heilpraxis-vital.de

**Praxis für Bewusstseinsarbeit · Engel- schule Muuß** · Heilsitzungen, Workshops, Channeling, Ausbildungen, Zeremonien, Meditationen · ☒ An der Steilen Wand 51, 08393 **Meerane & 23626 Ratekau** · ☎ 0163-3610482 www.engelschule-muuss.de

**Heilmeditation mit persönl. Botschaften** 19 Uhr am 11.5. / 1.6. / 6.7.  
**Körperarbeit** 11-14 Uhr am 13.5. Sakralchakra / 27.5. Solarplexus / 17.6. Herzchakra / 1.7. Halschakra / 15.7. 3. Auge / 12.8. Kronenchakra

**P Landgarten-Potpourri e.V.** · Solidarischer Ernteanteil (SoLaWi)/Gemüsekieste, Imkerei, Yoga, Frischekosmetik (Ringana), Räucherwerk, Seminare · ☒ Crosseenerstraße 4, 08132 **Mülsen/OT Wulm** · ☎ 037604-334998 www.landgarten-potpourri.de

**Geöffnet:** Mai – Ende Okt. immer Donnerstags von 10:00 bis 18:00 Uhr  
**Gartenführung:** 28.07. 15:00 – 17:00 Uhr und 03.08. 17:30 – 19:30 Uhr

**Q Restaurant Vitaler Hirsch des Landhotels Sperlingsberg** · Inh. **Mandy Hirsch** · BIO\* VEGGI\*WILD-Küche mit Herz & Verstand, haus-eigene bio- u. ökol. Zucht, VEGGI Stammtisch, Naturkostbuffet & -zubereitungskurse, Fasten, Naturschlafsystem · ☒ Sperlingsberg 2, 08451 **Crimmitschau/Gablenz** · ☎ 03762-945670 www.sperlingsberg.de

**Zeichenschule „naturArt“ & Einrichtungs- beratung „wohnsinn“** · **Theresa Frenzel** Künstlerin, Einrichtungsberaterin, Gestalter in Handwerk, integralthérapeutische Kunstpädagogin (in Ausbildung) · ☒ Obere Dorfstraße 1 09356 **Sankt Egidien OT Lobsdorf** · ☎ 0178-4006009 · naturart@freenet.de

## Vogtland

**Koordinatorin Vogtland · Antje & Michael Zimmer** · Laden: **Das wärmende Herz** – der Laden für Körper, Geist u. Seele, Gesundheits-u. Körperpflegeprodukte, Salz, Wasser, Steine, Räucherwerk, Meditationsartikel, Bücher · Zeit u. Raum für pers. Gespräche · ☒ Klostermarkt 7, 08523 **Plauen** · ☎ 0151-24012220 · info@bio-vogtland.de

**Patrick Meinel** · Spiritueller Lebensweg-Begleiter, Unternehmens-Coaching Schwerpunkt Numerologie · zusätzlich: erneuerbare Energien/**Experte für Holzschnitzel** Markneukirchner Str. 41A, 08267 **Zwota** · ☎ 0151-10849849 info@patrick-meinel.de

**Mandy Goller** · Dozentin für **Praxisorientierte Neue Homöopathie** (Ausbildung & Beratung), Messen der Körperwerte mit dem BioScan ☒ Dorfstädter Str. 3, 08223 **Falkenstein** ☎ 03745-751395 & 0162-9435657 · E-Mail: mandy.goller@web.de

**Stammtisch PraNeoHom** 18:00 Uhr am 2.5. / 2.8. / 2.11. 2018

**Wellness-Mobil · Mario Geißelsöder** · NEU im ganzhtl. Wellnessraum in **Oelsnitz** Reiki/ Energiearbeit · Honig-, Schokoladen-, Hot Stones (mit Nephrit Jadestein) **Massagen**, Tantrische Energie- & Körperarbeit, Nahrungsergänzung, Wasseraufbereitung, ätherische Öle ☎ 037421-39403 · www.h-a-r-m-o-n-i-e.de

**Praxis für ganzheitliche Medizin Jana & Matthias Bina**, Heilpraktikerin, ganzheitliche Krebsberatung, Entgiftung, Gesundheits- und Ernährungsberatung **Life Kinetik®** – Gehirnjogging mit Bewegung, Rad- und Mountainbike Tourguide ☒ Käthe-Kollwitz Str. 17, 08468 **Reichenbach** ☎ 03765-5211622 · www.bina-birkenblatt.de

**Fotografie & Mandala-Design · Carina Leit- hold** · Naturnahe Fotoshootings, fotografische Seminar- und Reisebegleitung, Fotografie als Spiegel des Seins, Tierfotografie, Mandalas, Seelenbilder, Bildlizenzen, Gestaltung von Printmedien · ☒ Breite Wiese 38, 08262 **Mulden-**

**hammer** · ☎ 037465-40535 · www.mandala-zauber.de, www.gluecksbegleiterin.de

**Christine Lukaschek** · **BIODANZA** – Tanz des Lebens · in Treuen (Vogtl.) und Chemnitz ☎ 0177-7219150 · www.biodanza-chemnitz.de **Biodanza in Treuen**, Goethehalle, Sa 5.5. / 9.6. jeweils 14:30 – 17:30 Uhr

## Thüringen

**R Koordinatorin Ost-Thüringen · Ulrike Rußner** · ☒ Goldene Höhe 11, 07973 **Greiz** ☎ 03661-673524, ulkerusner@web.de

**Klangtempel, Kristallklangwelten Klangkon- zerte · Manuela Ina Kirchengberg (MIK) & Thomas Plum** · Markleeberg · ☎ 034299-811800 www.klangtempel.net

**Klangreisen Salzoase Meeresbrise Jena** 18 und 20 Uhr am 25.5. / 29.6.

## Überregional

**Christian Schilling · Familienstellen.org** von 2004 bis 2017 bei Bert Hellinger als Familien- steller gelistet. Erfahrung von über 7000 Auf- stellungen. In Altenburg, Bremen, Berlin, Chem- nitz, Dresden, Erfurt, Plettenberg Posterstein, Leipzig, München, Plauen, Radebeul Zwickau ☎ 034475-13497, 0174-8367945 **Familienstellen: Zwickau 6.5. | Plauen 23.6.**

## NEUE PARTNER

**Marktschwärmer Schneeberg · Marlen Roßner & Katharina Barth** · Der regionale Bauernmarkt – online bestellen, persönlich abholen nach dem Motto „Gib Deinem Bau- ern die Hand“ im ITZE Ladencafé & Galerie, Obere Zobelgasse 12, 08289 **Schneeberg** www.marktschwärmer.de · www.facebook. com/marktschwärmer.schneeberg

**Heilpraktikerin Christine Altendorf** Iridiagnose, Homöopathie, Phytotherapie, Ausleitverf., Reiki, spirit. Lebensberatung **Spirituelles Fasten-Wandern** Fasten nach Buchinger So 28.10. – Fr 2.11.2018 **Fasten-Wandern mit Kräuterkunde** Fasten nach Buchinger So 6.5. – Fr 11.5. | So 30.9. – Fr 5.10.2018

**S Begegnung und Bewegung im Le- benskreis · Jana Konrad** · Lebensbera- tung, Reiki, Schamanische Arbeit (Krafttier holen, Seelenrückholung, Ahnenrituale uvm.), Entspannungsmethoden wie PMR An der Pfarwiese 95 A, 09468 **Geyer** ☎ 0176-5779834 · janakonrad@freenet.de www.janakonrad.com  
**Reikitreffen** 18.5. / 8.6. / 13.7. jew. 19 Uhr

**T Gesundheitspraxis Sonja Röpke** Fastenleiter, Gesundheitspraktiker, Lebensberater, Fachberater: Hobby, Basteln, Werken, Wildkräuterwandern · Langen- bernsdorf OT Trünzig · ☎ 0366-08654229 www.gesundheitsreisen-sonni.com

**Wildkräuterwanderung** 19.05. um 10 Uhr, Treffpkt. erfragen

**U BeAlive Coaching & Therapie · Kathrin Baum** · Therapeutin/Pädagogin für Pers- önlichkeitsentwicklung und Bewusstsein, Einzel-, Paar-, Familientherapie, (Firmen-) Coaching, Seminare, Meditationen · ☒ Am Wasserwerk 28, 09579 **Grünhainichen** ☎ 0176-72858138 · info@bealive- coaching.de, www.bealive-coaching.de  
**Meditationsspaziergang** 16.5. / 12.6. jew. 18:30 Uhr, Treffpkt. Am Freibad Grünh.

## MIT DABEI SEIN?

**Netzwerkpartnerschaft** (ab 111,- € netto / Jahr) oder **indiv. Veröffentlichungen**

**Kontakt:** Ann König, Breitenbrunn info@miteinandersein.net Tel. 0176-56892679 od. 037756-879730





MAI 2018

Mittwoch, 02.05.2018

18:00 Uhr Vortrag **Hanf – die Rückkehr eines großen Heilmittels** mit Dipl.-Med. Annette Buhmann, www.einklang-dresden.de · Salzgrote Freiberg, Untermark 18

Freitag, 04.05.2018

19:00 Uhr **Tanz dich FREI** mit Bella Steudel Chemnitz · R

19:00 Uhr **Mantrenabend** – gemeinsam Musizieren mit Gitarren- und Trommelklängen mit Ann König · Waldenburg · F

Samstag, 05.05.2018

10:00 bis 18:00 Uhr Seminar/Workshop **Neue Energieheilplatten-Serie „Zeron“** mit Sebastián Guzmán Crespo und Georg Steffen Kotzur Chemnitz · Q

5.–6.5. Anti-Aging Körperprozess **Frühjahrsputz für deinen Körper!** mit Angela Molch-Leineweber J · Raja Yoga Chemnitz

Mittwoch, 09.05.2018

19:00 Uhr Informationsabend **Neue Energieheilplatten-Serie „Zeron“** mit Sebastián Guzmán Crespo und Georg Steffen Kotzur · Chemnitz · Q

Donnerstag, 10.05.2018

11–18 Uhr Zauberwege **ERLEBNISTAG** (siehe Anzeige Rückseite) · Riechberg · U

12:00 bis 20:00 Uhr **Männer-Schwitzhütte auf dem Luisenhof** mit Dirk Kreuzer (L), www.schoenheitsweg.de · Callenberg · D

Freitag, 11.05.2018

Aktionstag: ½ **Eintrittspreis** für alle Salzgroten-Besucher · Hohenstein-Ernstthal · B

Samstag, 12.05.2018

13:00 bis 14:00 Uhr **Kräuterspaziergang zum Hoffest** auf dem Kräuter- und Gewürzof Reinholdshain mit Phytologin Grit Tetzner E

14:00 bis 17:00 Uhr **Gib & Nimm – mit Bekleidung** mit Kristin Hemmerle A & Manuela Wende G · Hohenstein-Ernstthal

Montag, 14.05.2018

18:30 Uhr Offener Abend **Familien und System-Aufstellungen** mit Ines & Jörg Schmidt Chemnitz · N

Dienstag, 15.05.2018

18:30 Uhr Vortrag **Wildkräuter im Frühling – führ Ihre Kräuterapotheke** mit Dipl. Päd. Nanni Zeuner · Chemnitz · Y

Donnerstag, 17.05.2018

19:00 Uhr **Treffen des Netzwerkes Miteinandersein Freiberg im Bioladen Querbeet** Freiberg, Herderstr. 3, Anmeldungen bei Sebastian Conrad V

Donnerstag, 24.05.2018

18:00 Uhr Workshop **Frisuren-Typ-Beratung** mit Friseurmeisterin Kathrin Landrock · Chemnitz · O

19:00 Uhr **Miteinandersein Netzwerktreffen Limbach-Oberfrohna** in der **Heilpraxis Naumann & MalRaum (Ausdrucksmalen)** Anmeldung über Ann König, Tel. 0176-56892679, info@miteinandersein.net · A

Samstag, 26.05.2018

11:00 bis 16:00 Uhr **Wildkräuter kulinarisch** Bereiten und Genießen eines Menüs mit Kräuterfrau Elisabeth Püschmann · Dittmannsdorf · P

Sonntag, 27.05.2018

10:30 und 14:00 Uhr **Kräuterspaziergänge zum BASILIKUM – der Kräuter- und Pflanzenmarkt** mit Phytologin Grit Tetzner E · Grünefelder Park · Waldenburg

Montag, 28.05.2018

18:30 bis 20:00 Uhr **Intensiv-Hypnosecoaching zur Burnout-Vorbeugung** mit Hypnosecoach HP Ivette Gräbner · Hohenstein-Ernstthal · B

Donnerstag, 31.05.2018

19:00 Uhr **Miteinandersein Netzwerktreffen CHEMNITZ** mit Werner Ahrens T, Kennenlernen des Seiki-Seitai, www.essania.de Anmeldung bei Ann König, 0176-56892679, info@miteinandersein.net · Delphin, Peterstr. 26

JUNI 2018

Samstag, 02.06.2018

2./3.6. Wochenendseminar **Seitai Basis-Modul: Leben ist Bewegung** mit Werner Ahrens Chemnitz · T

Dienstag, 05.06.2018

18:30 Uhr Vortrag **Umwelterykrankungen und deren naturheilkundliche Behandlung** mit Dr. med Uwe Reuter, www.Klinik-im-LEBEN.de JH City Hostel Chemnitz „eins“ Chemnitz · Y

Samstag, 09.06.2018

10:00 bis 15:00 Uhr **Wild- & Heilkräuter-Werkstatt: „Schönheit für die Frau“ – Naturkosmetik** – mit Kräuterfrau Elisabeth Püschmann Dittmannsdorf · P

Sonntag, 10.06.2018

10:00 bis 18:00 Uhr Seminar **Lebenssinn – warum bin ich hier?** mit Katharina Radestock Chemnitz · K

Mittwoch, 13.06.2018

19:00 Uhr **Monatliches Miteinandersein** im Café im Grünen FREIBERG · Freiberg · V

Donnerstag, 14.06.2018

18:00 bis 20:00 Uhr Workshop **Schreib- / Poesietherapie** mit Tanja Arnold · Chemnitz · N

18:30 bis 21:00 Uhr Workshop **Die homöopathische Reiseapotheke** mit Ines Kunze / www.praxis-ines-kunze.de · Chemnitz · O

Samstag, 16.06.2018

16./17.6. Wochenendseminar **Seitai Basis-Modul: Leben ist Bewegung** mit Werner Ahrens Chemnitz · T

16.6. u. 1.7. **Trommelbau** · Riechberg · U

16–18 Uhr **Raum für Achtsamkeit, Begegnung und Berührung** mit Yvonne Nietzsch (siehe Seite 11) · Villa Amoénitas Crimmitschau · Z

Sonntag, 17.06.2018

17.6. u. 1.7. **Trommelbau** · Riechberg · U

16:30 Uhr **Klangerlebnis im freien Himmel**, mit Ruth Rölller H, Kräuterberg Lichtenstein, www.zum-kräuterberg.de

Donnerstag, 21.06.2018

18:00 Uhr **Mittsommer – SommerSonnenWende** · Riechberg · U

Samstag, 23.06.2018

14:00 Uhr **Miteinandersein Sommertreffen auf dem Berghof Göritzhain** · Anmeldung bei Ann König, 0176-56892679, info@miteinandersein.net · Lunzenau · Ö

Sonntag, 24.06.2018

12:00 bis 20:00 Uhr Workshop-Reihe **Das Medizinrad** mit Dirk Kreuzer & Malina Opitz L, www.schoenheitsweg.de · Raja-Yoga-Studio Chemnitz

Dienstag, 26.06.2018

18:30 Uhr **Sommerabendlicher Feld- und Wiesenkräuterspaziergang** mit Phytologin Grit Tetzner E · Guidohof Uhlisdorf

Donnerstag, 28.06.2018

17:00 Uhr **„Die Mondin ruft“ – Ein Fest für Frauen** · Riechberg · U

17:00 Uhr **Klangerlebnis unter freiem Himmel** Hof mit Ruth Rölller H · Landsprode Lichtenau

18:00 Uhr Workshop **Ayurveda trifft Yoga** mit Heike Seewald-Blunert · Chemnitz · O

Samstag, 30.06.2018

10:00 bis 13:00 Uhr **Sauerteig-Brotbackkurs** mit Manuela Wende · Waldenburg · G

JULI 2018

Mittwoch, 04.07.2018

20:00 Uhr Offener **Reiki-Austausch-Abend Heilsame Stunden in der Reiki-Oase** mit Bettina Bauch · Limbach-Oberfrohna · C

Donnerstag, 05.07.2018

5.–8.7. **Visionssuche** · Riechberg · U

Samstag, 07.07.2018

10:00 bis 15:00 Uhr **Wild- & Heilkräuter-Werkstatt: „Kraft der Kräuter – Kleine Hausapotheke mit Kräutern selbst gemacht“** mit Kräuterfrau Elisabeth Püschmann · Dittmannsdorf · P

Mittwoch, 11.07.2018

19:00 Uhr **Monatliches Miteinandersein** im Café im Grünen FREIBERG · Freiberg · V

Freitag, 13.07.2018

19:00 Uhr **Tanz dich FREI** mit Bella Steudel Chemnitz · W

Samstag, 21.07.2018

12:00 bis 20:00 Uhr **Gemischte Sommer-Schwitzhütte auf dem Guidohof** mit Dirk Kreuzer & Malina Opitz L, www.schoenheitsweg.de Uhlisdorf

Freitag, 27.07.2018

18:00 Uhr **Vollmondtrommeln** · Riechberg · U

Freitag, 03.08.2018

3./4./5.7. 2. **Chocolate Festival „Eurobean“** Ein schokoladiges Festival für die ganze Familie auf dem märchenhaften Schloss Rochsburg im idyllischen Muldental. mit Patrick Walter & friends · Rochsburg · I

Samstag, 04.08.2018

14:00 Uhr Workshop **Heilpflanze Kakao-Glückshormonbringer und Energielieferant** zum Schokoladenfestival „EuroBean“ mit Phytologin Grit Tetzner E und Patrick Walter beim Chocolate Festival „Eurobean“ · Rochsburg · I

AUSBILDUNGEN

4.5. 18:30 Uhr Infoabend **Heilpraktiker für Psychotherapie** mit Sven Krieger · Chemnitz · N

5.–6.5. Seminar **PRANA 1 – Grundlagen der Pranaheilung**, mit Grit Weihrauch · Schwarzenberg · (Seite 20) C

5.5. Workshop **Intermediale Ausdruckstherapie** mit Alexandra Takats · Chemnitz · N

9.–13.5. Ausbildung **Gesundheitsberater für Rücken, Füße und Gelenke** · Borstendorf bei Chemnitz · X

26./27.5. Ausbildung **Klangmassage Modul 1** mit Ruth Rölller · Waldenburg · H

28.5.–8.6. **2-Wochen-Kurs für stille Meditation** mit Bettina Bauch · www.das-reiki-portal.de Limbach-Oberfrohna · B

7.6. Workshop **Klangtherapeuten Ausbildung** mit Andreas Kreuzfeldt · Chemnitz · N

13.–17.6. Ausbildung **Gesundheitsberater für Rücken, Füße und Gelenke** · Landshut · X

16.–17.6. Grundkurs **Pranaheilung** nach Master Choa Kok Sui mit Nora Gröbel · Leipzig (Seite 16) E

23.06. Workshop **Intermediale Ausdruckstherapie** mit Alexandra Takats · Chemnitz · N

20.–31.8. **2-Wochen-Kurs für stille Meditation** mit Bettina Bauch · www.das-reiki-portal.de Limbach-Oberfrohna · B

Region Ostsee

12.05.2018 10–18 Uhr **elnam Erlebnistag** mit vielen Netzwerkpartnern (Infoständen, Workshops, Vorträgen) · www.elnam.de · Elfenhof in Viezen (Ostsee)

ANBIETERVERZEICHNIS

Chemnitzer Umland Nord / West

**A Kristin Hemmerle · Access Bars® Kurse & Einzelanwendungen** · Was, wenn Leichtigkeit & Freude genau DEINS wären? Was weißt Du & wessen bist Du Dir gewahr? Was kann ich Dir beitragen? · Am Ziegeleiweg 23a, **Hohenstein-Ernstthal** · ☎ 03723 – 6792912 · hemmerle.kristin@arcord.de, www.kreativ-ist-in.de

**B Salzgrote SALAERO · Inh. Kristin Schnupp · Sole-Inhalation und Entspannung im Meeresklima für Kinder und Erwachsene** Veranstaltungen: Qi Gong (ab 6.9.), Yoga (ab 11.9.), hypnotische Phantasiereise, Klangschalen-erlebnis, Gesangabend, Gesprächskreise · Salzshop und Heilsteinshop ☐ Neumarkt 1, 09337 **Hohenstein-Ernstthal** · ☎ 03723–6793322 www.salaero.de

**Hypnotische Phantasiereise** 14.5. / 25.6. um 18:30 Uhr **Hypnose Coaching** 28.5. um 18:30 Uhr **Klangschalen-erlebnis für Erwachsene** mit Ruth Rölller am 15.5. / 5.6. um 18:30 Uhr

**C Reiki-Oase · Praxis für ganzheitliches Geistiges Heilen · Bettina Bauch** · Geistige Aufrichtung & Begrädigung, Chakra Clearing, Mediale Beratung, Meditation, Heilsame Stunden, Kurse und Weihen · ☐ Waldenburger Straße 117, 09212 **Limbach-Oberfrohna** · ☎ 03722 – 92836 bettinabauch@web.de, www.das-reiki-portal.de

**Die Mittwoch-Abende in der Reiki-Oase:** Meditationsgruppe u. -kurse, Heilung, Begrädigung, Austausch u.v.m. **Virtuelle weltweite Meditation** für Öffnung von Herz und Verstand · zu jeder Dekade 20 Uhr jed. 10. / 20. / 30. des Monats

**Guidohof – Frisches vom Biohof direkt ins Haus**, Lieferservice für Bio-Lebensmittel, Hofladen, Veranstaltungen rund um Bio: Hofrundgang Kräuterspaziergang u.v.m. · ☐ Am Ullersberg 31, 09212 **Limbach-Oberfrohna OT Uhlisdorf** ☎ 037609-5433 · www.guidohof.com

**A Heilpraxis Naumann, Karin & Michael Naumann** · HP & HP Psych, Geistiges Heilen, Ausbildung Medialität, Astrologie, Rückführungen, Atemtherapie, Ausdrucksmalen ☐ Dorfstraße 105, 09212 **Limbach-Oberfrohna** ☎ 037609–679844 · www.heilpraxis-naumann.de

**Ausdrucksmalen für Erwachsene** Do 17–20 Uhr am 3.5. / 7.6. **Offene Atemgruppe** Do 18–20 Uhr am 17.5. / 14.6.

**Kinesiologie · Anja Planken** · 1:1-Lernberatung für Kinder; Kinesiologische Beratung für Erwachsene. Seminare und Workshops · ☐ Hoher Weg 10 09212 **Limbach-Oberfrohna** · ☎ 037609–58505 · www.planken-kinesiologie.de

**Praxis Seelenharmonie · Ganzheitl. Ayurveda- & Gesundheitszentrum · Steffi Nolte** Ayurved Massagen, Shirodhara u. Manualtherapien, Kuren, Kochkurse, Reiki, Ayurv. Massagen für Frauen, Fruchtbarkeit, Schwangere, Babies ☐ PleiBaer Str. 11, 09212 **Limbach-Oberfrohna** ☎ 03722 – 592493 · www.praxis-seelenbogen.de

**D Luisenhof – Lebensort mit heilsamen Impulsen für Menschen, Tiere, Pflanzen und Erde** HofCafé, Solidarische Landwirtschaft (CSA) ☐ Waldenburger Straße 33, 09337 **Langenchursdorf** · ☎ 037608–36565 · www.luisenhof-gemeinschaft.de

**E Phytologin & Ganzheitliche Heilpflanzenkunde · Grit Tetzner** · Kräuterspaziergänge u. Seminare zur Herstellung eigener Heilmittel im Raum Sachsen, Kräuter-Kraftkreis ☐ Brunnenweg 7, 08396 **Waldenburg** ☎ 037608–36569 · E-Mail: grit.tetzner@pflanzen-verbundete.de

**Kräuter-Kraftkreis** 09.05. Lein / 13.06. **Baldrian** / 11.7. **Königskerze** um 18:00 Uhr

**F Claudia Winkler · SONNENZENTRUM Waldenburg** · EIN WEG IN DIE MITTE Ganzheitlich Energetische Massage, Bachblütenberatung, R.E.S.E.T.-Kieferentspannung, Access Bars®, Kreistänze, Raum zum Vermieten ☐ A.-Bebel-Str. 4a, 08396 **Waldenburg** ☎ 03763–5039105 · www.sonnenzentrum-massage.de





**Zellharmonie Vital- & Gesundheitsstudio, Manuela Wende**, Energiearbeit – auch mobil mit Massagen, Hot Stones, AromErgy®, Klang, Entspannung, Saunarium, Brotbackkurse, **Energy Dance®** Kurse im Chemnitz und Zwickauer Land · ☒ Im Freibad, 08396 Waldenburg ☎ 037608-27742 · www.zellharmonie.de

**ENERGY DANCE®**  
Waldenburg, Euro-Gymnasium, montags 18:30–19:45 Uhr  
Zwickau „Aktiv ab 50“ e.V., Kopernikusstr. 7, dienstags 10–11 Uhr (50+ Kurs)  
Chemnitz, Sporthalle „Am Schlossteich“ Schlossstr. 13, Mi 20:15–21:15, 2-3 x monatlich  
Hohenstein-Ernstthal, HOT Sportzentrum Logenstr. 2, Do 18:15–19:30, 2-3 x monatlich  
Hohndorf, Dein YogaHaus, an einem Mittwoch im Monat, 17:30–18:30 Uhr  
Burgstädt, Physiotherapie Glashagen, alle 1-2 Monate, Sa 10–11 Uhr  
Klangreise Zellharmonie Waldenburg  
Fr 6.5. 12–13 Uhr Burgstädt / 6.7. 18–20 Uhr  
Klangreise Salzgrotte Wolkenburg  
Fr 25.5. / 29.6. 18–19 Uhr  
☎ 037609-68900, salzgrotte-silberbergwerk.de

**H Ruth Rölller · Klangschalen und Anwendungen** – Klangmassagen, Klangerlebnisse auch für Kinder, Begleitung von Menschen im Wachkoma und Menschen mit Behinderungen Beratung und Verkauf von Klangschalen, Ausbildung Klangmassage · ☒ Pachtberggasse 8, 08396 Waldenburg · www.klangschalen-energie.de  
Klangerlebnis „Klang & Energie“ an Neu- und Vollmonden 29.5. / 13.6. / 13.7. / 27.7. jew. 19:30 Uhr

**Schokoladenmanufaktur Choco Del Sol Patrick Walter**, Verkauf von handgefertigten Köstlichkeiten aus Bio-Kakaobohnen, Schokoladen-Seminare, Mitarbeiter- u. Motivationsveranstaltungen, Feiern, Jubiläen ☒ Schlossstraße 1 09328 Rochsburg (direkt im Schloss) · ☎ 0174-3413403 · Online-Shop: www.chocodelsol.com

**Ö Berghof Göritzhain** · Auszeit & Rückzug: Natur pur, Ruhe, Tiere, Zeiten für sich selbst Seminare: Entspannen, Lebensenergie tanken, Natürlich gesund & Pflege, Kochkurse: Kräuter / Vegan / Superfood, Heilreisen · ☒ Bauernseite 8, 09328 Göritzhain OT Lutzenau ☎ 0174-1862572 · www.berghofgh.jimdo.com  
Relax and Retreat 10.6. / 21.7.  
Natürlich schön und Jung 3.6. / 21.7.  
Dexto Tipps - Entgiften 20.5. / 14.7.  
Heilkräuter selbst herstellen 10.5. / 15.7.  
Kochen und Backen mit Kräutern 21.5. / 22.7.  
Meditationskreis jed 2. So im Mon. 14–16 Uhr

**Stadt Chemnitz**

Nicole Hartung & Rita Deuchler · Koordinatoren Netzwerk MiteinanderSein Region Chemnitz ☎ 0371-23376160 · chemnitz@miteinandersein.net

**J Creation de Vie · Angela Molch · Leine-weber** · Coach, Access Bars® Facilitator und Körpertherapeut, Reiki Meisterin, Tibetan Pulsing ☒ Studio: Schönherrstr. 8, 09113 Chemnitz ☎ 0152-27951005 · www.creationdevie.com

SAN'SKI'VA Verlags & Schulungszentrum Nicole Hartung – Lady Selissja'Ana: Channelmedium, Bioenergetiker, Heiler, Wegbegleiter, Autor, Seminare, Gruppentreffen, Essenzen · ☒ Straße Usti nad Labem 317, 09119 Chemnitz ☎ 0371-23376160 · www.sanskiva.com  
Online - Seminare: www.sofengo.de/academy/sanskiva

Livechannelling mit Harfenbegleitung  
19 Uhr am 16.5. / 20.6.  
Rothenberger Apartments, Dresdner Str. 4

Christine Lukaschek · BIODANZA – Tanz des Lebens · in Treuen (Vogtl.) und Chemnitz ☎ 0177-7219150 · www.biodanza-chemnitz.de  
Biodanza für Einsteiger Physiotherapie „Pro Vitas“, Zwickauer Str. 74, 19:15 Uhr alle 14 Tage in der geraden KW  
Biodanza für Fortgeschrittene · donnerstags 19:15 Uhr alle 14 Tage in der geraden KW · N

Leyla Angeliika Nolte – Neue Wege zur Selbstheilung · ☒ Gartenstraße 8, 09123 Chemnitz OT Einsiedel · ☎ 037209-703009 www.urquelle-heilkraft.de

Termine individuell nach Anfrage:  
15:20 Uhr Wohlfühltag im Naturschallwandler & Klangschalen mit sanfter Berührung-Geistheilung  
Schallwandler - Einzelanwendung  
Selbstheilung nach Norbekov  
13-15 Uhr Einführungs- & Aufbauworkshop  
Einstieg in die Meditation mit Schallwandler

**K Lichtherzen · Katharina Radestock** Lebensberatung & Begleitung, Aufstellungen – Schamanische Ahnenarbeit, Auratechnik & Aurachirurgie, Seminare, Rituale & Zeremonien ☒ Erich-Mühsam-Str. 23, 09112 Chemnitz ☎ 0371-64638317 · www.lichtherzen.com  
Jahreskreisfeste  
19–21 Uhr Lichtmess am 7.2. / Frühlings-Tag- und-Nacht-Gleiche am 20.3. / Beltane am 30.4.

Mana Ahupua'a – Kahuna Bodywork Michael Dörfler · Lomi Ke Ala Hoku Master Practitioner, Ho'oponopono – Leben im Gleichgewicht, Kahi Loa – Die 7 Elemente Massage, Hale Mua – Männerworkshop · ☒ Erich-Mühsam-Str. 23, 09112 Chemnitz, ☎ 0178-8260426 www.mana-ahupuaa.de

**L Schönheitsweg – Schamanismus in Chemnitz · Malina Opitz & Dirk Kreuzer** ☎ 0151-46134737 · Schwitzhütten & Medizinrad-Workshops · www.schoenheitsweg.de

**M Paracelsus Schule Chemnitz** · Studienleiterin Studienleiterin Annette Barz · ☒ Am Rathaus 4, 09111 Chemnitz · ☎ 0371-517981 www.paracelsus.de/chemnitz

**N Institut Sven Krieger · Ausbildung zum Heilpraktiker für Psychotherapie** · Fortbildungen · ☒ Schönherrstraße 8, Gebäude 8, Eingang D, 09113 Chemnitz · ☎ 0371-23479699, Fax: 0371-23479698 · www.institut-sven-krieger.de

**O Konzepthaus Jahnstr. 23** · GanzSchön · Natürlich Friseur & Haar Therapie Zentrum Salon Landrock, Entspannung & Sportangebote, Seminar & Eventbereich · ☒ Jahnstr. 23, 09126 Chemnitz · ☎ 0371-4948509 · www.jahnstrasse23.de

**P Kräuterpädagogik BNE · Kräuterfrau Elisabeth Püschmann** · KRÄUTER-GUT sie tun gut – sie schmecken gut – sie sind gut – sie sind ein Gut · ☒ Hauptstraße 58; 09405 Gornau / Dittmannsdorf · ☎ 0162-4949195 www.kraeuter-gut.de  
Kräuterführung · Treffpkt. erfragen  
14 Uhr am 5.5. / 1.6. / 6.7. / 3.8.  
Frauengeflüster  
3.6. Sommeronnenwende 10–16 Uhr  
Am Kräuter-Gut-Tisch  
18.5. / 29.6. / 20.7. 17–20 Uhr

**EM-Heidi · Heidemarie Wagner** · Zertifizierte EM-Beraterin, Effektive Mikroorganismen nach Prof. Higa für Mensch, Tier, Haus, Garten und Landwirtschaft · ☒ Robert-Siewert-Str. 20, 09122 Chemnitz · ☎ 0371-225575 · E-Mail: wagnerheidemarie@t-online.de  
EM-Stammtisch Chemnitz 14.5. / 11.6. / 9.7. 19:00 Uhr Vereinsgaststätte Kappel, Irkutsker Str. 125

**Q Georg-Steffen Kotzur · Zentrum für Geomantie, Radiästhesie und Geopathologie** · GeoResonanz, Entstörung, Harmonisierung der Energiefelder von Räumen und Plätzen · Abschirmungen gegen E-Smog und Radioaktivität · ☒ Hainstraße 110, 09130 Chemnitz · ☎ 0371-44453847 www.kraftort-lebensraum.de

Praxis Klassische Homöopathie · Dr. paed. Angela Söldner · Heilprakt. seit 1998. Zert. Homöopathin, Dozentin und Supervisorin. Neben der Praxistätigkeit lfd. kammerzert. Homöop.fortbildungen u. -kurse für Gesundheitsberufe und Laien. Praxis & Seminarhaus am Park · ☒ Glückstraße 1, 09120 Chemnitz ☎ 0371-3674684 · www.dr-soeldner.de

Bausachverständigenbüro Dipl.-Ing. Michael Aurich Baubiologe IBN · ☒ Stollberger Straße 123c, 09119 Chemnitz · ☎ 0371-232801539, Fax 0371-2820593 · www.baubiologie-aurich.de

Simone Günther – Ganzheitliche Gesundheitsberatung, Trinkwasser: Vorträge, indiv. Beratungen TW-Tests, Trinkwasseraufbereitungssysteme; Ätherische Öle: therap.Qualität,

Beratung, Vertrieb; SCIO-Bioresonanz, FRZM Kieferbalance, Thermomixservice · ☒ Eubaer Str. 07, 09127 Chemnitz · ☎ 0371-3304030 E-Mail: simonebriefkasten@t-online.de

Tao Qi · Marcus Wendt · Taiji, Qi Gong, kosm. Energieübertragungen · Lehrer für medizinisches & spirituelles Qi Gong, Guo Lin Qi Gong zur Heilung von Krebs. Energieübertr. zur Heilung von Körper/Seele & Raum, Neutralisierung geopathischer Störungen, FengShui · Chemnitz ☎ 0163-7334580 · www.tao-qi.eu

**R DIE Tanzosche Chemnitz & Lebensschule „Bella Vita“ · Bella Steudel** · Orientalischer Tanz & Hawaiianischer Hula, Kreis- & Meditative Tänze, Mantra-Dance, ZENbo® Balance, FrauenRaum-Kurse, Seminare & Fortbildungen. Astro-psychol. Beratung · Palmstr. 17, 09130 Chemnitz ☎ 0371-4447889 · www.bella-kalima.de

„Wieviel Bäche braucht der Fluss“ · Roman über den Strom des Lebens, über Intuition, Verstand und eine verworrene Liebe, PB 504 S. 12,45 € zzgl. 1,60 € Versand · bestellbar kontakt@saldaverlag.de od. ☎ 0371-5382265 od. Fax 0371-5382263 · Autorin Karin Schiebeler

**S Salzgrotte Chemnitz** · Entspannung / Erholung / Wellness, Soleinhalation, Kindersitzungen, Familien- & Firmenevents, über 20 Wellnessmassagen, Klangreisen uvm. **Kaßberg**: Limbacher Str. 76, 0371/2679085 od. **Glabenz Center**: Carl-von-Ossietzky-Str. 153, 0371-27816464 · Chemnitz · www.salzgrotte-chemnitz.de

Klangreisen mit Chalima 18:30 Uhr Limbacher Str. 76: Termine erfragen  
Glabenz Center: Termine erfragen  
Klangreisen Kristallklangwelten mit Ina Manuela Kirchberger (MIK) & Thomas Plum im Glabenz Center: 18:30 Uhr am 11.5. / 22.6.

bioFee – ökologisches Catering · Katja Schönherr · Biomenüs für Kindergärten, Schulen und Firmen Privat- und Firmencaterings sowie Unterstützung bei Gesundheitstagen in Unternehmen. Wir bieten ebenfalls Kochkurse an. www.bio-fee-catering.de

**T Essania® Werner Ahrens** · Lehrer – Coach – Instruktor in Seiki & Seitai Methode · Kinesiologie (Biograph u. spirit.Test.), Geomantie spez., Klang-Art (Klangmassagen, Publikum Performances), Schalen u. LL-Tools · ☒ Jakobstr. 51, 09130 Chemnitz · ☎ 0371-4046240 · E-Mail: essania@web.de · www.essania.de

Seitai Abendgruppen: je 19:30 Uhr am 2.5. / 16.5. / 30.5. / 6.6. / 20.6. / 27.6. / 4.7.  
Seitai Basisseminar: 2./3.6. und 16./17.6.

**Chemnitz Umland Nord / Ost**

Birgit Behne HP für Psychoth., Einzel-, Familien- u. Paarberatung, Coaching, Hypnotherapie · Aufstellung in Einzel- oder Gruppenarbeit, „The Work“ nach Byron Katie, auch telef. od. per Skype, CQM · ☒ Gottlob-Keller-Str. 1 09648 Kriebstein / OT Kriebethal · ☎ 034327-189365 · www.psychotherapie-behne.de

IMPULS Messe · Diana Wugk · Die Messe für natürliche Lebensweisen und Gesundheit Büro: Auerswalder Hauptstr. 46a, 09244 Lichtenau · ☎ 037208-880690 oder 0173-1464101 · www.impuls-messe.de

**U ZauberWege e.V.** · Zauberwege finden und gehen · Kai & Kerstin Müller · Trommelbau, Schwitzhütten, HemiSynC®, Selbsterfahrungskurse, KeimBrot-Backkurse Mittweida · VA-Ort: Hammermühle 1, 09661 Hainichen OT Riechberg ☎ 0163-2582558 · www.zauberwege.de  
Schwitzhütte am 7.6. 11–20 Uhr

Ralph Böttlich · Mediator · Leitung von Übungsgruppen auf Grundlage von Gewaltfreier Kommunikation (GfK) und Achtsamkeit · Augustsburg · ☎ 0171-7927303 · achtsam@reden-24.de

Übungsgruppe  
Achtsame, gewaltfreie Kommunikation  
Freiberg 12.5. / 23.6. jew. 10–14 Uhr  
KontrastReich Meinersdorf 14.5. 19 Uhr

C&C Hairdresser · Ganzheitlicher Friseur und Ayurveda · ☒ Augustsburger Str. 34, 09557 Flöha · ☎ 03726-788710 · www.hair-candc.de

BauernHOF ZUR BUNTEN KUH · Solidarische Landwirtschaft, Pferdearbeit, Bildungsangebote ☒ Lichtenwalder Str. 1, 09669 Frankenberg ☎ 037206-885442 oder 0151-23072503 www.diebunteskuh.info

**Raum Freiberg**

**V Sebastian Conrad** · Koordinator Netzwerk MiteinanderSein Region Freiberg · ☎ 0162-7703001 · freiberg@miteinandersein.net  
MiteinanderSein Treffen im Café im Grünen (Wächterhaus) Silberhofstraße 11a, Freiberg ab 19 Uhr am 13.6. / 11.7.

**W Zentrum für Persönlichkeitsentfaltung**  
Inh. Andreas Bohn · Vorträge, Seminare und Veranstaltungen zu persönlichem Wachstum und zur Entfaltung der eigenen Persönlichkeit für Ruhe, Glück und Erfüllung · ☒ Petersstr. 30, 09599 Freiberg · ☎ 0178-2894349 · www.zfpe.de

NaturZeitRaum · Katja Naumann · Gestaltung von Ritualen an Lebensübergängen für Jugendliche, Erwachsene und Familien, spezielle Angebote für Mädchen und junge Frauen Naturerfahrung als Spiegel der Seele, Freiberg ☎ 03731-300253, 0172-9737174 · www.natur-zeit-raum.de

Mediation und Beratung · Anja Kraschewski Finden sie zu Lebensfreude und Gesundheit zurück! Nachhaltige Lösung von Konflikten, Einzel- und Paarberatung · ☒ Am Mühlweg 3, 09633 Halsbrücke OT Niederschöna · ☎ 0177-5219173 · a.kraschewski@yahoo.de · mediati-onkraschewski.jimdo.com.

Heilpraktikerin für Psychotherapie und Geomantian Barbara Tost · Sensible Begleitg. von Prozessen in Lebensrisiken, Zeiten des Wandels und Wandels, der Veränderung oder Stagnation. Wenn Du die Orientierung verloren hast, möchte ich Dich begleiten, Deinen Weg wieder zu finden ☎ 0152-59906119 · www.barbaratost.de  
Gesprächskreis „Herz Zeit Raum“  
26.4. / 31.5. / 28.6. / 30.8.  
jeweils 19:00 – 21:00 Uhr

**Überregional**

**X Natürlich RückGrad e.V.** · Staatl. eingetragene Berufsbildungs-Akademie & Berufsverband für Menschen, die sich für ganzheitliche Gesundheit einsetzen · Handwerkerpark 3, 72070 Tübingen · ☎ 0707-8607214 · www.rueckgrad.de

**Kooperationspartner**

Elke Fischer Net(z) · Unternehmensnetzwerk, Chemnitz · ☎ 0371-7714045 · www.elke-fischer.net

**Y Naturheilverein Chemnitz e.V.** · monatliche Vorträge zu interessanten Themen rund um die Naturheilkunde, VA-Ort: JH City Hostel Chemnitz „eins“, Getreidemarkt 1, 09111 Chemnitz · ☒ Blücherstraße 15, 09126 Chemnitz · ☎ 0371-27550366 · www.nhv-chemnitz.de

**NEUE PARTNERIN**

**Z Yvonne Nietsch** · tief berührt · Achtsame Begegnung und Berührung mit unseren Mitmenschen jeden Alters. Raum für bewusste Wahrnehmung für Kinder zusammen mit Erwachsenen · Gruppenkurse + Babymassage + Lomi Lomi Massage ☒ Herrnsdorfer Str. 22, 09212 Limbach-Oberfrohna, ☎ 0160-7988471 · www.tiefberuehrt.net

**MIT DABEI SEIN?**

Netzwerkpartnerschaft (ab 111,- € netto / Jahr) oder indiv. Veröffentlichungen  
Nächster Einsendeschluss 1.7.2018

Kontakt: Ann König, Breitenbrunn  
info@miteinandersein.net  
Tel. 0176-56892679 od. 037756-879730





## Gartentipp Auf in den Sommer

von Uwe Böhm

Nach dem kalten Frühjahr, das einfach nicht enden wollte, und dem überraschenden warmen bis heißen Tagen, hoffen wir auch auf einen schönen Sommer.

Die Natur hat kräftig aufgeholt und alles scheint nun gleichzeitig zu erblühen. Wichtig ist nun einmal mehr, dass der Boden durchlässig ist und bleibt, damit sich alles gut wachsen und gedeihen kann. Wer meinem Rat gefolgt ist und mehr mit solchen Produkten, wie z.B. dem Agrostim Z gearbeitet hat, sieht nun den Erfolg gegenüber dem Nachbarn. Auch die Kakaoschale als lockerer Mulch mit biozider Wirkung tut dieses Jahr gute Arbeit. Solche dunklen und durchlässigen Abdeckungen erwärmen sich schnell und unterstützen die Photosynthese der Pflanzen ebenso wie die Mikroorganismen.

Aber Achtung, dieses Jahr wird es garantiert Spätfröste geben. Auch in der Landwirtschaft wird jetzt dazu geraten, mit Spritzungen von hochverfügbarem Kalzium in Kombination mit Huminsäuren vorzusorgen. Das Kalzium sorgt für stabilere Zellen und mehr Einlagerung von Silizium und die Humin- und Fulvosäuren beschleunigen und verbessern die Aufnahme.

Ich hatte schon mehrfach auf so etwas hingewiesen. Ich empfehle hier, das Tribocare Phyto und Humisol einzusetzen. Tribocare Phyto ist ein innovatives Produkt, das Kalzium, Bor, Karbonate von Zink, Mangan und Kupfer sowie Huminsäuren enthält. Für Kleingärtner reichen bei Spritzungen schon 20 g auf 10 l Wasser, um Effekte dieser Art zu erzielen und gleichzeitig gegen Pilzkrankheiten vorzubeugen.

Humisol wird neuerdings von vielen EM-Vertrieben und Anwendern zur Verbesserung der Wirkung von EM eingesetzt, was auch u.a. bei Obstbäumen in Kombination gespritzt wird, um Frostschäden in der Blüte zu verhindern oder zumindest zu mindern. Also einfach einmal probieren!

## Wohin fährt der „Zug Umwelt“?

von Baubiologe IBN Michael Aurich

**Klimakiller CO<sub>2</sub>, CO<sub>2</sub>-neutral, nachwachsende Rohstoffe, CO<sub>2</sub>-Zertifikatehandel, Glühlampenverbot, Nachhaltigkeit, Dämmung, Lüftungs-DIN, Zinsverbilligung, usw.**

Eine Fülle von Begriffen und Regeln; alles gedruckt auf viel Papier „für“ die Nachhaltigkeit... Mit diesem Artikel will ich zum Nachdenken anregen, weil ich davon überzeugt bin, dass hier manches mit gut klingenden Namen in die falsche Richtung geht.

Die Sankt Annenkirche in Annaberg-Buchholz ist 500 Jahre alt. Ader Rückseite dieses Bergmannsaltars befindet sich das berühmte Bild von Hans Hesse, welches Annabergs Bewohner zeigt. Alle sehen gesund aus. Vor dem Altar gibt es 10 Bilder über das Leben in Annaberg in Zehnjahresschritten. Der Tod ist auf beiden Seiten mit 100 Jahren dargestellt. Kann das sein? Mittlerweile denke ich, ja, es kann sein. Um gesund zu sein, brauchen wir nur ein gesundes, kulturvolles, angemessenes ruhiges und kein denaturiertes Leben. Das könnten wir haben, doch was geschieht mit uns momentan?

In der Baubiologie habe ich 2003 erste Antworten gefunden, warum DDR-Bürger weniger an Krebs und Allergien erkrankt waren als heutzutage. Und das trotz einer schlechten äußeren Umwelt: Die innere Umwelt war sauberer. Gegenüber heute gab es mehr saubere Luft in den Wohnungen und kein oder weniger Gift in den Nahrungsmitteln. Doch über den Zusammenhang der Entwicklung von Allergien in Ostdeutschland ab der Währungsunion 1990 wird nichts veröffentlicht, obwohl es nachvollzogen werden kann: Erst kam die „ewig“ haltbare Nahrung und dann die dichten Fenster und Kunststoffe in die Wohnungen.

Alles wird dicht und dichter gemacht und immer dicker gedämmt, damit wir Energie sparen. Die errechnete und meist weniger gesparte Energie brauchen wir dann für das Betreiben der Arztpraxen und



Beides im Frühjahr / Frühlommer mit 3-4 Spritzungen zusätzlich zu Anwendungen von gesundem Kompost / Komposttee und ähnlichem mehr, wird uns einen unbeschädigten Blütenflor und Fruchtertrag bringen.

Auf eine gute Gartensaison.

Dipl. Ing. Uwe Böhm Hohndorf  
Tel. 03725-4499702 · [www.natur-concept.de](http://www.natur-concept.de)

Rehainrichtungen, wo sich die Kranken Hilfe erhoffen. Hier kann nur ein dickes Minus in der Bilanz stehen – volkswirtschaftlich, energetisch, menschlich.

Der Grund für die Energieeinsparung soll auch der Klimawandel sein, an dem angeblich das CO<sub>2</sub> schuld sein soll. Abgesehen davon, dass es Klimawandel schon immer gegeben hat: CO<sub>2</sub> ist ein natürliches Spurengas, dessen Anteil in der Luft weniger als 0,04 % beträgt. Von diesem wenigen CO<sub>2</sub> verursacht der Mensch in künstlicher Weise ca. 3 %. Ca. 97 % macht die Natur selbst, auch der Mensch ist Natur und atmet CO<sub>2</sub> aus.

Ich bin davon überzeugt, dass unser Zug, in dem wir alle sitzen mit immer höherer Geschwindigkeit auf einen Fels zu rauscht, den zu viele nicht sehen, weil die Sicht vernebelt wurde. Wenn wir uns eine einigermaßen heile Welt bewahren wollen, dann muss dieser Zug gestoppt und z.B. zinsloses und umlaufgesichertes Geld eingeführt werden. Das ist die Grundlage für ein gesundes Leben und für Umweltschutz. Dann schafft sich jeder nur noch soviel an, wie er wirklich braucht, wir verbrauchen automatisch auch weniger Rohstoffe und Energie. Das Leben wird ruhiger und gesünder.

Wer sich etwas über die oben erwähnten Themen informieren will kann dies auf [www.baubiologie-aurich.de/beitrag\\_in\\_fachzeitschriften.html](http://www.baubiologie-aurich.de/beitrag_in_fachzeitschriften.html) dazu informieren.

Bausachverständigenbüro Dipl.-Ing. Michael Aurich  
Baubiologe IBN  
Stollberger Straße 123c, 09119 Chemnitz,  
Tel. 0371-2801539, Fax: 0371-2820593  
[www.baubiologie-aurich.de](http://www.baubiologie-aurich.de)





Interview von Ann König mit Sylvie Lutz

## 10 Jahre dabei im Netzwerk MiteinandSein / bio-erzgebirge



### 1. Wie alles begann: Was hatte Dich bei unserer ersten Begegnung angesprochen, warum wolltest Du damals mit dabei sein?

Ich wollte auch gern mein neues „Bio-Wissen“ mit vielen Gleichgesinnten teilen und fand deine Idee einfach perfekt und passend.

### 2. Welche schönen Erlebnisse verbindest Du mit 10 Jahren Netzwerk?

Das Wachsen der Gemeinschaft, meine persönliche geschäftliche Entwicklung, wie die Regenbogenmesse entstanden ist und was ich für tolle Bekanntschaften und Freundschaften schließen durfte

### 3. Wobei hat Dir das Netzwerk in diesen 10 Jahren geholfen?

Beim Bekanntwerden, am schönsten ist der Satz „... du bist doch auch im Infoblatt...“ und

dass wir gemeinsam Aktionen bewerkstelligt haben, die einer alleine nicht geschafft hätte.

### 4. Was wünschst Du Dir zukünftig von unserer Netzwerkarbeit?

Auch wenn die Zeit voranschreitet und alles wächst, denke ich doch oft an die kleinen gemeinsamen Aktionen der ersten Jahre. Vielleicht ist das irgendwie wieder möglich.

### 5. Was ist Deine Botschaft an die Netzwerkpartner und Interessierten?

Sei nicht skeptisch, lerne uns einfach kennen

### 6. Bitte erzähle uns etwas über Dich, Deine Angebote und Entwicklung.

Angefangen habe ich mit Dunkelfeld-Mikroskopie und pulsierenden Magnetfeldern. Im Laufe der Zeit habe ich mich auf eine Richtung,

die gesunde Ernährung, ausgerichtet. Hier biete ich einerseits Workshops (Kombi aus Beratung und Praxis) an und verbinde dieses Wissen auf der anderen Seite mit moderner Technik, dem Thermomix. Er ermöglicht meiner Familie überhaupt die Umsetzung des Wissens um gesunde naturnahe Ernährung im Alltag. Zukünftig möchte ich mein Angebot auch um Kurse zur Herstellung von Naturkosmetik erweitern, Ernährung praktisch über die Haut. Dafür fehlt mir momentan der passende Raum...

Sylvie Lutz · ärztlich geprüfte Gesundheitsberaterin GGB · Vorträge u. Praxiskurse zu Vitalstoffreicher Vollwertkost & Naturkosmetik, Thermomixservice, -ausbildung u. Kochtreffs, Dunkelfeld-Mikroskopie

Alte Annaberger Str. 22a, 08340 Schwarzenberg  
Tel. 03774 – 505668 · [www.biohummel.de](http://www.biohummel.de)

## Neue Reihe: „Du und Dein Leben“ (Teil 1)

### Was unser Handeln antreibt – ein Weg aus Deinen Mustern

von Astrid Dehnel



Kennst Du das, da nimmst Du Dir diesmal wirklich vor, etwas anders zu machen und dann, in der konkreten Situation, läufst Du doch wieder in dein altes Muster?!

Das kommt daher, dass unser Verhalten unbewusst von unseren Gefühlen gesteuert wird. Aufregung lässt uns stammeln, mit Angst sind wir blockiert oder greifen an, .... Solange wir nicht bewusst entscheiden, handeln wir, wie wir uns fühlen. Das gilt für jeden Menschen. Als ich dies das erste Mal fühlen konnte, wurden viele meiner Urteile zu Mitgefühl. Heute frage ich mich oft, wie Menschen sich fühlen, dass sie so handeln, wie sie handeln und was es braucht, um die Situation zu verbessern. Meist sind das mein Frieden und meine Liebe. So ist wieder etwas weniger Kampf und Urteil in der Welt.

Doch lass uns weiterforschen, woher unsere Gefühle kommen, denn wir wollen ja aus unseren eigenen Verhaltensmustern heraus. Denke einmal an etwas sehr Lustiges oder Schönes. Vermutlich wirst Du jetzt ein Lächeln in deinen Mundwinkeln bemerken. Gefühle kommen aus Gedanken.

Glaubenssätze und Überzeugungen sind nichts anderes als alte Gedanken, Bewertungen vergangener Erfahrungen. Irgendwann haben wir eine unangenehme Erfahrung gemacht. Um besser damit umgehen zu können und uns vor erneuten ähnlichen Erfahrungen zu

schützen, versuchten wir, uns diese mit unserem kindlichen Verstand zu erklären. Das Ergebnis dessen sind unzählige unbewusste Überzeugungen darüber, wir selbst sind, wie die Welt ist, wie Frauen, Männer, Beziehungen sind, ....

Beispiel: Immer wenn Peter eine Rede halten soll, ist er stocksteif und blockiert. Das ist sein heutiges Verhalten, das aus Gefühlen von Angst, Unwohlsein und Unsicherheit resultiert. Diese Gefühle werden durch Peters unbewusste Überzeugungen (alte Gedanken) ausgelöst: „Immer wenn ich etwas sage, werde ich ausgelacht.“ „Ich bin eine Witzfigur.“ Diese sind in einer alten Erfahrung entstanden: Als Kind hatte Peter bei einer Schulaufführung einen Versprecher gemacht und der ganze Saal hatte gelacht. Er fühlte sich blamiert. Vermutlich wird auch Peters heutiges Verhalten (stocksteif und blockiert sein) wieder zu ähnlichen Erfahrungen führen.

Wenn wir uns nun dieses gesamte Muster ansehen, wird Veränderung leichter möglich. Peter könnte bspw. seine Bewertung der alten Situation verändern und Frieden schließen mit dem, was war. Er könnte seine Überzeugungen loslassen oder in Frage stellen und offen für neue Erfahrungen sein. Dann könnte bspw. Neugier oder Freude ein neues Gefühl sein, das sein künftiges Verhalten steuert.

Eine Entdeckungsreise zu deinen unbewussten Überzeugungen und Mustern lohnt sich immer dann, wenn Du mit bewusstem Gegensteuern



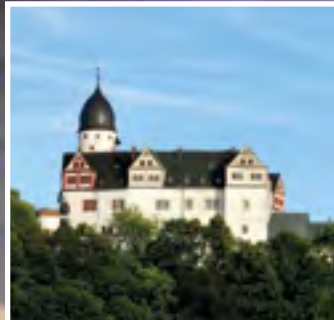
und positivem Denken nicht weiter kommt, wenn Du dieselben Erfahrungen immer wieder machst.

Manchmal kannst Du diese leicht finden und manchmal ist es schwierig sich selbst „auf die Schliche“ zu kommen. Dann unterstütze ich Dich gern mit meinen Coachings, in der offenen Gruppe oder Seminaren. Ich freu mich auf Dich.

Leben mit Vision, Herz & Verstand  
Astrid Dehnel, zertifizierter Coach (DCV)  
Tel. 0170-7777 627, [Astrid.Dehnel@web.de](mailto:Astrid.Dehnel@web.de)  
[www.vision-herz-verstand.de](http://www.vision-herz-verstand.de)







## Ein schokoladiges Festival für die ganze Familie vom 3. bis 5. August 2018 Das 3. EuroBean Chocolate Festival auf der Rochsburg

Im Sommer öffnet das Schloss Rochsburg wieder seine Tore für Schokoladenliebhaber. Ob Wochenendausflug oder besonderes Ferienerlebnis – vom 3. bis 5. August 2018 ist das 3. EuroBean Chocolate Festival das perfekte Ziel für ein gelungenes Wochenende.

Bei der Veranstaltung geht es vor allem um hochwertige, handgefertigte Schokoladen: von der Kakaobohne bis hin zur Tafel (Bean-to-Bar), um fairen Handel sowie biologischen Anbau.

Unter dem Motto „Meet the Maker“ haben die Besucher am 4. und 5. August 2018 von jeweils 10.00 bis 18.00 Uhr die Möglichkeit, edelste Schokoladen nicht nur zu kosten, sondern auch deren Ursprung und die Macher der süßen Köstlichkeiten kennenzulernen.

Dabei ist das Festival in diesem Jahr noch internationaler als je zuvor. Zusätzlich zu den mittlerweile als Stammgästen zählenden Ausstellern wie **Josef Zotter aus Österreich**, **Mānoa Chocolate aus dem fernen Hawaii**, die **Spreewälder Schokoladenmanufaktur Edelmond**, **Herufek Chocolate aus der Tschechischen Republik** oder die in **England ansässige Manufaktur Coco Caravan**, werden in diesem Jahr einige neue hochkarätige Bean-to-Bar Chocolate Maker das EuroBean Chocolate Festival bereichern: **Dandelion Chocolate und Parliament Chocolate aus den USA**, **Sirene Chocolate aus Kanada** und **Kakaobolaget aus Schweden**. Wieder mit dabei ist natürlich auch die Schokoladenmanufaktur mit Heimvorteil „**Choco Del Sol**“, ohne die es die EuroBean gar nicht geben würde. Neben gestandenen Größen bietet das Festival aber natürlich auch Platz für Newcomer, wie die erst im März

dieses Jahres gegründete **Bean-to Bar Manufaktur Tafelwerk aus Dresden**.

Was Familien besonders freuen wird, ist das abwechslungsreiche Unterhaltungsprogramm für Groß und Klein. Auf die Kinder warten Schoko-Rallye, Trommelworkshop, Figurentheater und weitere spannende Aktivitäten, während sich die Erwachsenen bei leckeren Verkostungen, Workshops und verschiedenen Performances ganz dem Genuss und der Entdeckerlust hingeben können.

Wer das EuroBean Chocolate Festival vor allen anderen genießen will, der sollte sich die große Eröffnungsfeier, das „Grand Opening“, am Freitagabend, den 03.08.2018, vormerken.

**EuroBean UG und Schloss Rochsburg**  
[www.eurobean-festival.org](http://www.eurobean-festival.org)

EINTRITT FREI

# ZAUBERWEGE UND FREUNDE

## ERLEBNISTAG 2018

das 5. Jahr in Folge im zauberhaften Striegistal

Am 10.05.2018  
von 11 bis 18 Uhr

Einladung

**Vorträge**

Geistheilung nach Horst Krone   Bogenschießen   Töpferfee   Yoga   trommeln  
 Gongs und Klangschalen   Bewusstes Atmen   Rhythmusreisen   Chinesische Astrologie

**Aktiv dabei sein**   Runen Qi Gong   Bilder & T-Shirts   Bars   Young Living Öle  
 Drechselei   Mantras & Kraftlieder   Access Consciousness   Fluss des Atmens  
 Orgon die Energie des Lebens   kreative Selbstentfaltung für Kinder   Mittelpunkt Mensch  
 Kraftwesenberatung   Naturheilkunde aus dem Wald   indianischen Flöten   *und Vieles mehr!*

an der Hammermühle 1 in 09661 Hainichen OT Riechberg

TERMINE 2018

30.04.2018 Die Kraft ... Frauen - Schwitzhütte

16.06.2018 Trommelbau - 16.06. und 01.07.18

17.06.2018 Trommelbau - 17.06. und 01.07.18

23.06.2018 Mittsommer - SommerSonnenWende

28.06.2018 DIE MONDIN RUFT

ab 05.07.2018 Visionssuche

06.07.2018 Schwitzhütte

27.07.2018 Vollmondtrommeln

10.08.2018 ZauberWeg Treffen

12.-18.08.2018 Trommelbau Intensiv

25.09.2018 DIE MONDIN RUFT

29.09.2018 Männer - Schwitzhütte

06.-07.10.2018 „Campana - Festival der Klänge“

03.11.2018 Im Bauch von Mutter Erde - Schwitzhüttenreise

vom 08.-11.11.2018 Hemi Sync

23.11.2018 Vollmondtrommeln

21.12.2018 Sonnenwend-Schwitzhütte

Keimbrot - Backkurse sowie weitere Termine im Internet: [WWW.ZAUBERWEGE.DE](http://WWW.ZAUBERWEGE.DE)