

Nr. 5 Sep. - Dez. 2013

Sunnseiten

WALDVIERTLER ZEITSCHRIFT FÜR BEWUSSTSEIN

Kostenlose Non Profit Zeitung



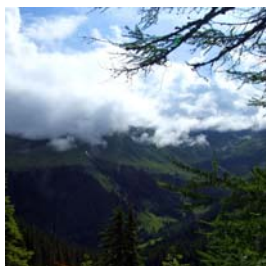
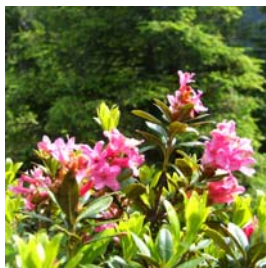
FEST 3 Tage
DER BEGEGNUNG

33 Vorträge
5 Konzerte
3 Bauchtanzgr.
Kasperltheater
12 Messestände
Workshops

Kunsthhaus Horn
Fr.+Sa.+So. 25-27 Okt.

.ÖN

Die Geistige Aufrichtung | Setzen Sie sich Ziele | Doulaarbeit
Herr Löwe! Frau Löwe! | Schulprojekttag | Haus der Hoffnung



Sunnseitn

Herausgeber, Redaktion, Layout
u. verantwortlich für den Inhalt
der Zeitschrift: Elisabeth &
Norbert Feilhaber, Trabenreith
22, A-3754, +43 (0)2986/64 64 9
E-Mail: feilhaber@utanet.at
Web: <http://www.Sunnseitn.info>

Die Sunnseitn ist kostenlos er-
hältlich. Alle Rechte vorbe-
halten. Nachdruck jeglicher Art
ohne schriftliche Erlaubnis der
Herausgeber ist untersagt.

Die von den Autoren der
einzelnen Beiträge vertretenen
Ansichten müssen nicht den
Auffassungen der Herausgeber
entsprechen. Für eingesandte
Manuskripte, Fotos, Unterlagen
usw. wird keine Haftung über-
nommen. Das Copyright von
Norbert & Elisabeth Feilhaber
oder von Fremdauteurs selbst
erstellte Objekte bleiben allein
beim jeweiligen Autor, auch
wenn dieser das Objekt zur
Veröffentlichung freigegeben
hat. Alle Rechte beim
Herausgeber.

Inhalt

- DGKS Elfriede Kainz & Gertrude Weiss
- 04 Basische Körperpflege
Carolyn & Alexander Toskar
- 06 Die Geistige Aufrichtung
Akad. Beratung/ LSG Irene Maria Maurer
- 09 Mensche und Natur
Dipl. Präventionsprakt. Gertrude Schauhuber
- 10 Bachblüten
Sissy Fleischner
- 12 Akupunktur Pflaster
Andreas O. Tauscher
- 14 Die Faszination des Röntgenblicks
Elisabeth Feilhaber
- 16 Setzen Sie sich Ziele!
Sylvia Chochola
- 18 Schmerzfrees durch's Leben
Elisabeth Feilhaber
- 20 Fest der Begegnung
Gudrun G. Graf
- 22 Herr Löwe! Frau Löwe!
Gertraud Zauner
- 24 Doulaarbeit
Sybille Sophia
- 26 Heilkommunikation- Mutter
Gudrun Kalchhauser
- 28 Indienreise zum BON Children's Home 2013
Ingrid und Franz Josef Hinteregger
- 30 Schulprojektstage einmal „Anders“
Dorin und Marion Modovan
- 40 Hilfsprojekt: Haus der Hoffnung in Rumänien
<http://www.Sunnseitn.info>
- W³ Sunnseitn im Web

Von der Redaktion



Sunnseitn

Ausrichtung der Sunnseitn: Bewusstseinsbildung, Wissensvermittlung, Information, Meinungsbildung, ganzheitliches Wohlbefinden, Erfahrungsaustausch, Spiritualität und Vorstellen von unterschiedlichsten Berufsbildern.

Die Sunnseitn ist in Niederösterreich Nord/Waldviertel als Non Profit Zeitung präsent und kostenlos für die Leser erhältlich.

Wir unterstützen bei der Ausgabe Sept. bis Dez. 2013 „Das Haus der Hoffnung“ von D. & Marion Modovan in Sambateni- Arad- Rumänien (siehe letzte Seite).

Werbung: Die Unkosten der Sunnseitn werden über Werbeeinschaltungen und Anzeigen im Veranstaltungskalender gedeckt (siehe vorletzte Seite).

Berichte: Interessante neutrale Beiträge/Artikel, Wissenswertes, Informationen zum Wohle Aller veröffentlichen wir gerne auch mit Foto **u n e n t g e l t l i c h**. Der/die Autorin wirken ehrenamtlich über ihren Bericht mit und haften für das Copyright der zur Verfügung gestellten Daten (Foto, Grafiken, Texte).

Wir freuen uns, wenn ihr aktiv mitwirkt bei der Sunnseitn. Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe ist Fr. 06. Dez. 2013, Erscheindatum Fr. 10. Jän. 2014. Die Sunnseitn erscheint in einer Auflage von derzeit 1500 Stück, sowie ist Digital zu lesen unter <http://www.Sunnseitn.info>

Glück und Gesundheit wünschen wir unseren LeserInnen

Elisabeth & Norbert Feilhaber

Elisabeth: Seniorenbetreuerin, Klangmassagepraktikerin, Montessori Pädagogin,

... den Weg des Herzens folgend ...

Norbert: Energethiker, Hochbautechniker/Architektur,

... Spiritualität ist das Überschreiten von wissenschaftlich festgelegten Grenzen ...

Basische Körperpflege

Durch basische Körperpflege erhält Ihre Haut einen gesunden und natürlichen „basischen Schutzmantel“! Basische Körperpflege regt den Selbstfettungsmechanismus der Talgdrüsen der Haut an und schützt vor bakteriellen Entzündungen.

Die **basischen Anwendungen** wie Basenbäder und basische Wickel, sollen immer einen **pH-Wert von 8.0 – 8.5** aufweisen. Die pH-Wert Messung erfolgt mittels pH-Wert Teststreifen.

Basisches Sitzbad: 15 bis 30 Minuten Dauer. Im warmen Sommer 5 bis 10 Minuten zur Erfrischung bei 25 – 27°C Wassertemperatur. Basisches Badesalz abstreifen und aufdrocknen lassen.

Basische Dusche: Nach dem Abseifen und dem Abduschen wird basisches Badesalz auf einem Waschlappen oder Waschhandschuh gegeben und damit der ganze Körper abgerieben. Nach etwas Einwirkzeit wird kurz übergebraust. Besser noch, man lässt das basische Wasser aufdrocknen.

Basisches Fußbad: 30 bis 60 Minuten Dauer, Auslaugebad 1 bis 3 Stunden. Auch für Schiele-Bäder gut geeignet. In der Regel werden warme Fußbäder genommen. Es gibt aber auch Menschen, die besser Wechselfußbäder, abwechselnd warm und kalt vertragen. Oder es gibt Menschen, die nach dem warmen Fußbad ihre Füße vor dem Zubettgehen kurz in kaltes Wasser tauchen, um dann gut zu schlafen. Auch der Fuß ist eine Hilfsniere!

Basisches Handbad: Jeden Morgen 3 bis 5 Minuten basisches Handbad gibt schöne und gepflegte Hände. Eine Messerspitze basisches Salz wird in das kalte Wasser des Handwaschbeckens gegeben. Unterstützen Sie die entschlackende Wirkung mit Fingergymnastik.

Basische Intim- und Analpflege: Eine lang anhaltende Wohltat ist Bad, Dusche oder Bidet. Besonders wichtig in der warmen Jahreszeit. Basisches Wasser nicht abspülen, sondern abstreifen und möglichst aufdrocknen lassen. Wichtig auch zur Unterstützung des basischen Milieus der Schleimhäute im weiblichen Genital-Bereich.

Basische Desodorierung: Etwas basisches Salz (zB Speisesoda) wird in die gewaschenen, feuchten Achselhöhlen eingerieben. Aufdrocknen lassen. Auch für pflegebedürftige, problembehaftete Finger- und Fußnägel zu empfehlen.

Basische Salzsocken: 1 gehäufte Teelöffel basisches Badesalz in ca. ½ bis 1 Liter körperwarmes Wasser streuen, gut auflösen. Ein Paar Baumwollsocken werden hineingelegt, bis sie durch und durch nass sind. Dann werden sie ausgewrungen und für die Nacht angezogen. Man wählt eine Nummer größer, als man Schuhgröße trägt. Über die nassen Baumwollsocken zieht man ein Paar noch größere trockene Schafwollsocken, damit die Nässe nicht durchgeht. Die Socken sollen nicht eng sitzen und nicht spannen. Bei kalten Füßen empfiehlt sich eine Wärmflasche.

Basische Salzhandschuhe: 1 gestrichener Teelöffel auf ca. ½ Liter körperwarmes Wasser geben, ansonsten Vorgehensweise wie bei den Salzsocken. Gestrickte Wollfingerhandschuhe verwenden, darüber Fäustlinge.

Basisches Salzhemd: 1 gehäufte Teelöffel basisches Badesalz auf ca. 1 Liter körperwarmes Wasser, einen langärmeligen Baumwollrolli hinein geben usw. Vorgehen wie bei Salzsocken. Über den ausgewrungenen Rolli werden noch 1 oder 2 bequeme trockene Teile für die Nacht gezogen, damit sich niemand erkältet (bei Lungenproblem).

Basischer Salzwickel: 1 gehäufte Teelöffel basisches Badesalz auf ½ bis 1 Liter körperwarmes Wasser verwenden. Nach dem Auflegen den warmen, feuchten Wickel bzw. die Körperstelle warm und trocken abdecken.

Basische Salzmassage: Ein wenig basisches Salz auf die eingölte Hautpartie geben und einmassieren. Es wird immer in der Richtung massiert, in welcher die zu unterstützenden Körperprozesse verlaufen, niemals dagegen!

Basische Nasenspülung: Eine Messerspitze basisches Badesalz auf ein Glas körperwarmes Wasser geben, auflösen, immer wieder in die hohle Hand schütten und die Lauge immer wieder aufschniefen, bis sie den Rachen hinunterläuft. Mit solchen Nasenspülungen hält man sich die Kopf-, Kiefer- und Stirnhöhlen frei und stärkt die Abwehrkräfte des gesamten Kopf-, Mund- und Rachenraumes.

Basische Gesichtsmaske: In etwas körperwarmes Wasser wird ein gestrichener Teelöffel basisches Salz gegeben, dann mit „Heilerde äußerlich“ angeteigt. Die breiige Masse wird als Maske für eine halbe Stunde aufgetragen, dann abgespült. Diese basische Maske hat sich bei vielen Hautproblemen im Gesicht und am ganzen Körper bewährt, auch bei Cuperoze.

Basisches Kinderpflegebad: Ein gehäufte Teelöffel basisches Badesalz genügt für die Kinderbadewanne (ca. 20 Liter). Hier soll der pH-Wert des Wassers 7,5 bis 8,0 betragen (mit pH-Wert Teststreifen kontrollieren).

Dieses Bad entfettet nicht die zarte Babyhaut und brennt nicht in den Augen. Auch für empfindliche Haut geeignet.

Wannenreinigung mit Essigwasser oder Essigreiniger.



Gemeinnütziger Verein für
ganzheitliche Gesundheits-
förderung und Kinesiologie
G M Ü N D

Autoren: Obfrau VGK, DGKS

Elfriede KAINZ,

Tel.: 02852/83 673, E-Mail:

elfriedekainz@gmx.at und

Vorstandsmitglied VGK

Gertrud WEISS Tel.: 0676/41 55 708,

E-Mail: energieplatzerl@aon.at

Die Geistige Aufrichtung – Weg der Heilung



Carolyn & Alexander Toskar

Die Geistige Aufrichtung - so heilt der Geist

Die Geistige Aufrichtung stellt eine geistige Ordnung bei physischen, mentalen und emotionalen Themen her und ist die Impulsgabe für kraftvolle Regenerations- und Selbstheilungsprozesse. Das gesamte Bewusstsein des Menschen wird von den hohen Frequenzen der Aufrichtung durchgeistigt und jede Zelle und das Zellbewusstsein von ihr durchströmt.

Die Vielfalt von Einflüssen, negative Gedanken, Eindrücke und Stimmungen, die sich im Bewusstsein und Unterbewusstsein des Menschen manifestieren, stören das Gleichgewicht im Lebensstrom. Dadurch verschiebt und verdreht sich die Wirbelsäule. Blockaden in den angeschlossenen Steuerzentren und den Organen, Fehlstellungen auf körperlicher Ebene, Krankheit und Disharmonie sind die zwangsläufigen Folgen.

Die Initiation der Geistigen Aufrichtung geschieht in nur einer einzigsten Begegnung. Ohne Berührung des Körpers, ohne Manipulation, in Sekundenschnelle. Es wird das blockierte Zeitgefüge, welches das Bewusstsein und die Wirbelsäule durchläuft, aufgelockert, der Geist wird aufgerichtet und die Seele von Mikroschocks aus der Vergangenheit und Pränatalphase befreit. Die physische und spirituelle Wirbelsäule kann sich aufrichten, die Beckenstellung korrigieren sowie die Chakras neu justieren.

„Ich fühle mich wie neu geboren. Im Liegen, Sitzen, Stehen, Gehen kann ich diesen wundervollen Fluss im Rücken spüren“, schreibt eine Teilnehmerin nach ihre Behandlung. „Das physische Zurückdrehen war für mich, wie ein weißes Blatt Papier zu bekommen. Es war, wie wenn alles, all die alten Muster, die mich prägten, gelöscht wurden. Und dadurch war ich in der Lage, viele körperliche Aktivitäten weiterzuverfolgen. Yoga oder Kung Fu konnte ich genießen, weil es bequemer ging. Das war das Aufregendste für mich.“ So berichtet Dean Hoshizaki aus Seattle im Dokumentationsfilm „Die Geistige Aufrichtung“

Auch die Gedanken und Gefühle werden von den Frequenzen der Geistigen Aufrichtung erfüllt, so dass der Mensch die Informationen in seinem Alltag aktivieren kann. Als Inspiration, Motivation, Selbstbewusstsein und vieles mehr. „Ich fühle mich unvergleichlich besser seit der Aufrichtung. Ich habe mehr physische und psychische Kraft ich bin im Kern einfach glücklicher. Und ich habe viel mehr Kraft, mich in Liebe meinen Mitmenschen zu widmen. So gesehen bin ich der göttlichen Kraft, die durch euch wirkt, aus tiefster Seele dankbar.“

An den Geistheilungstagen kommen Menschen aus den unterschiedlichsten Gründen zu **Carolyn und Alexander Toskar**. „Viele leiden unter chronischen oder akuten Rückenbeschwerden, wie zum Beispiel Morbus Scheuermann oder Bandscheibenvorfällen. Andere suchen Hilfe bei Allergien, Depressionen, Ängsten, Krebs, Bluthochdruck oder Diabetes, um nur einige zu nennen.



Auch Menschen, die sich überlastet und erschöpft fühlen, lassen sich begnadigen. Weil andere Hilfen versagt hatten, setzten sie viel Vertrauen in uns und finden in der Geistigen Aufrichtung das, was ihre Seele und ihren Geist erfüllt. Die Tatsache, dass man sie bei sich und anderen erleben kann, ist ein tief greifendes und unvergessliches Erlebnis. Die Heilungssuchenden spüren und sehen die Veränderung nach wenigen

Augenblicken noch auf der Behandlungsliege.“

(Auszug aus ‚Die Geistige Aufrichtung‘, Aquamarin Verlag)

Wird die Basis wieder in Ordnung gebracht, stellen sich Veränderungen noch Wochen später ein. Sara Davenport hatte ihre Behandlung als außergewöhnlich empfunden: „Ich stand da mit geschlossenen Augen und konnte buchstäblich fühlen, wie die Energie meine komplette Wirbelsäule hinunter lief. Jetzt sind bereits 2 Jahre vergangen und ich war nie wieder beim Osteopathen. Ich habe keine Schmerzen mehr seitdem.“

Schon seit über 21 Jahren erfahren Menschen diese einzigartige Heilbehandlung, die von Alexanders Vater, **Pjotr Elkunoviz**, begründet wurde und sie gleicht immer wieder einem Wunder. Doch Gesundheit entsteht dort, wo das Lichtvolle bewusst erweitert, und die Aufmerksamkeit und Kraft auf das Gesundmachende und Heilsame gelenkt wird.

Wer diese Fähigkeiten vertiefen möchte, findet im spirituellen Handbuch „Gesundheit als Weg zum Selbst“ klare Anleitungen zur Anregung der eigenen Heilkräfte und am Heiltag symbolisch die Gesunderhaltung in die eigenen Hände übertragen. Darüber berichtet eine Teilnehmerin: „Ich habe viel wunderbares und lichtvolles Wissen mitnehmen dürfen, was mein Herz erwärmte und meinen Verstand erweitert und bereichert hat.

Möge jeder Mensch zu dem werden, der er wirklich ist - geistig, vollkommen & gesund.



Um einem breiten Publikum einen informativen Einstieg in ihre Heilarbeit zu vermitteln, liegt das Buch „Die Geistige Aufrichtung“ und erstmals eine DVD vor. Eine fesselnde Dokumentation, die auf eindruckliche Art und Weise die Wirkung des Geistes auf die Materie beweist! Mit spirituellen Übungen für die tägliche Praxis.

Über die Autoren

Carolin und Alexander Toskar sind als Autoren und spirituelle Heiler der Geistigen Aufrichtung, und als Botschafter für die Stiftung für Spirituelle Gesundheit weltweit tätig. In ihren Heilzentren in Deutschland und der Schweiz sowie auf internationalen Reisen machen sie die Geistige Aufrichtung einem großen Wirkungskreis zugänglich.



Die Erfahrungen ihrer täglichen Heilpraxis integrieren sie in ihre Geistheiler-Seminare, die sie lebendig und mit viel Freude halten, und die Menschen so auf ihrem spirituellen Weg zum erfolgreichen Geistheiler begleiten.

Ihre Stiftung „**Spiritual Health Foundation**“ wurde im Jahr 2010 gegründet. Alle Stiftungsprojekte werden ehrenamtlich betreut und haben die Aufgabe, die Entwicklung spiritueller Gesundheit und Wohlbefinden von Kindern und nichtselbständigen Menschen zu unterstützen. Das Stiftungs-Motto lautet: **Do good, feel good.**

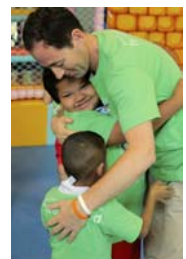
Kontakt:

Tel. +49 (0) 89 416 15 277

info@geistige-aufrichtung.com

www.geistige-aufrichtung.com

www.stiftung-spirituelle-gesundheit.org



Mensch und Natur

Die Schafgarbe

Eine unserer wichtigsten Wildkräuter und Heilpflanzen ist die Schafgarbe. Sie ist einfach zu erkennen und kann an manchen Plätzen sehr üppig vorkommen. Man findet sie an Wiesen und Feldrändern und eher auf trockenem Boden. Oft ist sie auch in den heimischen Gärten zu finden. Dort, wo sie wächst verleiht sie den Nachbarpflanzen größere Widerstandskraft und verstärkt auch ihren Duft.

Schafgarbe wirkt entzündungshemmend, antiseptisch, krampflösend, harntreibend, verdauungsfördernd, blutstillend und menstruationsregelnd.

Besonders Hildegard von Bingen lobt die Eigenschaften der Schafgarbe und empfiehlt sie besonders zur Einnahme vor und nach Operationen: „Nimm 3 Messerspitzen Schafgarbenpulver in warmen Wasser bzw. Wein drei Tage vor einer Operation und 10 Tage nach einer Operation!“ Dadurch heilen Wunden schneller.

Hildegard von Bingen meint auch: „Kompressen mit Schafgarben sind ein guter Schutz vor Wundinfektionen. Dazu kocht man das Kraut ab und legt es warm auf ein Leinentuch und bindet dieses (wie eine Komresse) auf die Wunde.“

Eine Tinktur aus Schafgarben wird für Massagen bei Gelenksproblemen eingesetzt. Schafgarbensirup kann ähnlich wie Holundersirup angesetzt werden.

Herzliche Grüße sendet

Kräuterpädagogin
Irene Maurer

Kräuterwanderungen auf Anfrage (auch gerne in ihrem eigenen Garten)
Tel: 0664/17 28 192



Bachblüten



Bachblüten wurden nach ihrem Wiederentdecker, dem englischen Arzt Dr. Edward Bach (1880 – 1936), benannt.

Bereits Hildegard von Bingen hat solche Essenzen angewendet.

Dr. Bach erkannte, dass alle Krankheiten psychosomatischer Natur sind, d.h. dass ihre Ursache in einem Ungleichgewicht von Körper und Seele zu suchen ist. Schon vor der Entwicklung der Blüthen Therapie arbeitete er als erfolgreicher Wissenschaftler, Arzt und Homöopath.

Wie werden Bachblüten hergestellt ?

Mittels der sogenannten Sonnenmethode. Dadurch wird durch Sonnenkraft die Energie von 38 wild wachsenden Pflanzen auf Wasser übertragen. Der erwärmte Tau nimmt die Eigenschaften der Pflanzen, auf denen er sich angesammelt hat, an. Dr. Bach entwickelte ein Verfahren, in dem er Blüten in sauberes Brunnenwasser unter eine Glasglocke legte und sie mehrere Stunden lang der Sonnenstrahlung aussetzte. Der so gewonnene Blühtau wurde mit Weingeist abgefüllt. Wie in der Homöopathie werden einzelne Tropfen mit Wasser verdünnt.

In den Pflanzenessenzen sah Edward Bach die grundlegenden archetypischen Seelenkonzepte oder Energiepotentiale enthalten. Die Ursachen unterschiedlicher Krankheiten und Bewusstseinszustände ordnete er den 38 Seelenpotentialen zu und fand entsprechend für jeden Gemütszustand, für jedes Leiden, die zugehörige Blüthenessenz.

Wie wirken Bachblüten ?

Die Wirkungsweise liegt im feinstofflichen Bereich und ist – ausser durch die positive Rückmeldung des Klienten – nicht nachweisbar. Dr. Bach ging davon aus, dass seine Blüthenessenzen die gestörte Harmonie zwischen der Persönlichkeit und ihrem Gemütszustand wiederherstellen. Dabei geht es mehr um die Heilung emotionaler als körperlicher Beschwerden. Die Heilkraft wird als energetische Information in der Molekularstruktur des Blüthenessenz-Wassers gespeichert und auf diesem Wege auf den Patienten übertragen. Bachblüten geben Impulse zur Veränderung, indem sie die Schwingungsfrequenz der Energien erhöhen.

Bach ging von 38 „Tugenden“ aus, die als Verbindung zwischen der eigenen Persönlichkeit und einem „höheren Selbst“ (eine höhere Instanz in uns selber) dienen.

Krankheit entsteht, wenn aus diesen Tugenden negative Muster bzw. Seelenkonzepte werden. So entsteht z.B.: - aus Hoffnung: Hoffnungslosigkeit und Verzweiflung

- aus Tapferkeit und Vertrauen: Ängste, - **aus Heiterkeit: Melancholie**

- aus Selbstvertrauen: Minderwertigkeitskomplexe, - **aus Demut: Stolz**

- aus Verzeihen: Schuldgefühle, - **aus Glauben: Skepsis, Pessimismus**

Bachblüten „überfluten“ nun mit ihrer eigenen Schwingung diese negativen Seelenkonzepte und helfen, die entsprechende ursprüngliche Tugend wieder zu entwickeln. Stellen Sie sich vor, der Körper ist ein Musikinstrument, z.B. eine Gitarre. Die einzelnen Blütenessenzen sind wie Stimmgabeln unterschiedlicher Tonhöhe. Sie sind auf eine bestimmte Frequenz eingestimmt, schwingen also im reinen Ton.

Nimmt man jetzt eine Blütenessenz, dann ist es als ob man eine Stimmgabel an die Gitarre hält. Man stimmt die eigenen Saiten nach der Schwingung der Stimmgabel. Wenn alle Saiten gestimmt sind, befindet sich das Instrument in Harmonie, d.h. Körper, Geist und Seele sind im Gleichgewicht und Einklang.

Autorin: Gertrude Schauhuber, Dipl. Präventionspraktikerin
3580 Horn, 02982 301 62, 0676 951 22 72, besser.leben@aon.at

A background image of a lavender plant with several spikes of small, light purple flowers. The image is slightly blurred, giving it a soft, ethereal feel.

GERTRUD WEISS

Mobil: +43 (0)676-41 55 708

Mail: energieplatzerl@aon.at

ENERGIEPLATZERL

Gesundheitsberatung und Energetik

A-3950 GMÜND, Greißgasse 7

www.energieplatzerl-gmuend.at

„Traditionelle Medizin trifft auf modernste Technik“

Was ist Akupunktur?

Akupunktur ist eine Heilmethode, die aus einem traditionsreichen chinesischen Behandlungssystem stammt. Durch einen Heilpraktiker werden dabei Akupunkturpunkte mit Nadeln gereizt, zum Beispiel um den Schlaf zu verbessern, Schmerzen und Beschwerden zu lindern und die Gesundheit zu fördern.

Lichtfrequenzen regen die Produktion von körpereigenen Stoffen an...

Ebenfalls seit Jahrtausenden ist bekannt ist, dass durch bestimmte Lichtfrequenzen Veränderungen im Körper ausgelöst werden. (So regen verschiedene Wellen Längen von Sonnenlicht zum Beispiel die Produktion von Vitamin D oder Melanin an).

Akupunktur Pflaster

2005 entwickelte David Schmidt eine Pflastertechnologie die sich diese Prinzipien zum Nutzen macht. Dabei werden nicht transdermale Pflaster (d.h. keine Stoffe gelangen dabei in den Körper) an bestimmten Akupunkturpunkten angebracht, um diese zu stimulieren.

Der Anwender erreicht auf diese Weise meist schnelle Erfolge wie z.B. Schmerzlinderung, mehr Energie, besseren Schlaf sowie eine deutliche Verbesserung des allgemeinen Gesundheitszustands.

Die Wirkung der Pflaster wurde in über 70 klinischen Doppelblind Placebo Wirksamkeitsstudien getestet. Sportler wie David Beckham, Mitglieder der siegreichen US. Schwimm-Mannschaft und andere Sportler aus aller Welt verwenden die Pflaster zur Leistungssteigerung ebenso wie sie Ärzte, PhysiotherapeutInnen, und Vertreter verschiedenster Gesundheitsberufe in mittlerweile 52 Ländern, die diese neue und bahnbrechende Technologie für ihre PatientInnen einsetzen.

Der Vorteil der Methode liegt auf der Hand: Die Anwendung der etwa „münzgroßen“ Pflaster ist leicht, es gibt keine Nebenwirkungen und meist schnelle Erfolge ohne schädliche Medikamente.

Autorin: Sissi Fleischner,

Tel. 0665/ 9905500, E-Mail: office@fleischner.at

Traditionelle Medizin trifft auf modernste Technik

LIFEWAVE® Akupunkturpflaster regen durch PHOTO-BIOMODULATION das Meridiansystem an und aktivieren die Selbstheilungskräfte.

- Besserer Schlaf
- Mehr Vitalität
- Schmerzlinderung
- Appetitzügelung
- Entgiftung
- Anti Aging



- Sie sind neugierig geworden und wollen LIFEWAVE Akupunkturpflaster kennenlernen?
- Sie sind MasseurIn, PhysiotherapeutIn, Ärztin oder in einem anderen Gesundheitsberuf tätig und wollen **LIFEWAVE®** zum Nutzen Ihrer PatientInnen und KundInnen anwenden?
- Sie interessieren Sich dafür, am Vertrieb dieses innovativen Produkts mitzuarbeiten?
- Setzen Sie sich mit uns in Verbindung!



Kurt u. Sissy Fleischner, LIFEWAVE Distributoren
Web: www.lifewave.com/SissyFleischner
E-Mail: office@fleischner.at
Tel.: 06649905500 oder 069910101246

„Kleben und Erleben“
Infoabende:

18. Sep. 2013 Neupölla
08. Nov. 2013 Krems
15. Nov. 2013 Horn

Die Faszination des Röntgenblicks

Der Röntgenblick erlaubt es seinem Benutzer, durch feste Materie hindurchzusehen. Der weit größere Nutzen offenbart sich jedoch in medizinischen Bereichen. Laut Aussagen derjenigen, die ihn benutzen, können sie diesen besonderen „zweiten Blick“ anwenden, um so im menschlichen oder tierischen Körper Problemstellen zu identifizieren, ohne dass sich der Patient dabei krebsfördernder Röntgenstrahlung oder starken Magnetfeldern aussetzen muss.

In einem veränderten Bewusstseinszustand, der von Wissenschaftlern aber anhand der Messung von Gehirnströmen nicht als Trance, sondern als Teil des Wachbewusstseins identifiziert wird, gelingt es den Menschen mit dieser Gabe, das Organ oder den Gegenstand, auf den sie sich konzentrieren, absolut realistisch wahrzunehmen, und es oder ihn zu analysieren. Jemand, der medizinisch geschult ist oder alternative Heilmethoden beherrscht, kann auf diese Art Krankheiten des Körpers oder energetische Einflüsse visuell wahrnehmen und gleichzeitig seine Gabe zur Förderung der Gesundheit gezielt einsetzen.

Zum Beispiel leuchtet ein krankes Organ rot, und je dunkler dieses Rot ist, umso länger leidet das Organ bereits an der jeweiligen Beeinträchtigung. Auch bereits vergangene Operationen können so gesehen werden.

Der Röntgenblick ist ein Phänomen, das weltweit seit vielen Jahren bekannt ist. Die Betroffenen entwickeln meist nach einem besonderen Erlebnis die Fähigkeit, durch bloße Konzentration Gegenstände zu durchleuchten.

Einer der bekanntesten Menschen mit dem Röntgenblick ist der Russe Grigori Grabovoi, daneben gibt es viele andere Fälle von Menschen, die die Röntgenschau beherrschen. Trotz erfolgreicher wissenschaftlicher Überprüfung stehen diese Menschen nach wie vor als Scharlatane da, und es ist für Außenstehende schwer zu sagen, ob sie denn nun wirklich anders sehen können als der Durchschnittsmensch. Menschen, die die Gabe des Röntgenblicks besitzen, haben zahlreiche richtige „Diagnosen“ zu verbuchen. Wie auch immer der Röntgenblick also funktioniert, es steht auch ohne wissenschaftliche Beweise fest, dass er es tut.

Autor: Michael Schuster
Tel: 0660/40 50 316, E- Mail: info@dilenardo.



Röntgenblick

Franky Schnabl besitzt die Gabe, in den Körper zu blicken:



Bildquellen: Daniel Rennen und Dieter Schütt_pixelio.de



Zimmervermietung mit Frühstück

Im oberen Waldviertel bei Heidenreichstein

Kraftplätze in absoluter Ruhelage ■ Seminar-u. Arbeitsräume
Ausbildungen ■ Kurse ■ Seminare ■ Workshops ■ Vorträge

A-3834 Pfaffenschlag ■ Wolfsegg 64 ■ +43(0)676-7211711
www.dilenardo.at ■ hausdilenardo@hotmail.com
www.facebook.com/hausdilenardo

„Setzen Sie sich Ziele!

Wenn ein Schiff den Hafen verlässt, so hat es einen Zielhafen, den es zu erreichen gilt. Der Kapitän steuert unentwegt auf das Ziel zu und übergibt der Mannschaft die Befehle, die ausgeführt werden müssen, um das Schiff auf Kurs zu halten. Das Schiff kann nur den Hafen erreichen wenn, überhaupt klar ist, wo sich denn der Zielhafen befindet. Hätte das Schiff kein Ziel, so würde es „Ziel-los“ irgendwo im Meer herumfahren und nirgendwo ankommen. Würden Sie in ein Schiff einsteigen, bei dem nicht klar ist, wo es hinfahren wird? Natürlich nicht, oder?

O.K wenn das klar ist, so beantworten Sie bitte für sich, was Ihr persönlicher Zielhafen im Leben ist. Wo wollen Sie hin, was möchten Sie erreichen, was ist Ihr klar definiertes Ziel. Sie können nur dann Ihre Ziele erreichen, wenn sie überhaupt wissen, was Sie wollen. Machen Sie es fest und schreiben Sie es auf, am besten jetzt gleich. Wie ich schon im letzten Artikel geschrieben habe, haben nur ca. 3% der Menschen klare, schriftliche Ziele. Das interessante dabei ist folgendes: von diesen 3% haben laut Forschungsergebnissen 97% Ihre Ziele erreicht.

Beachten Sie aber das folgende Beispiele keine klaren Ziele darstellen:

- Ich möchte besser Bogenschießen
- Ich möchte mehr verdienen
- Ich möchte nicht krank sein
- Ich will abnehmen

Ein klar definiertes Ziel ist s m a r t – Spezifisch – Messbar – Attraktiv – Realistisch – Terminiert. Also zum Beispiel:

- Bei jedem Bogenschießturnier bleibe ich vollkommen ruhig und gelassen. Bis zum Schluss bleibe ich konzentriert, im Hier und Jetzt und steigere mich von Turnier zu Turnier.
- Bis am 31.12.2013 habe ich mit Freude 10 Kilo abgenommen
- Bis längsten Sommer 2014 verdiene ich Netto 2.500,- Euro
- Bis spätestens 15. November 2013 habe ich einen Job gefunden, der mir Freude bereitet und in dem ich mein gesamtes Potential entfalten kann

So wenn Sie nun Ihr Ziel ermittelt haben, richten Sie von nun an Ihre gesamte Aufmerksamkeit auf Ihr Ziel (ausnahmslos). Sagen Sie Sich Ihren Zielsatz morgens und abends laut immer wieder vor. Entwickeln Sie ein positives Gefühl, so als ob Sie Ihr Ziel schon erreicht hätten. Erwarten Sie Ihr Ziel, glauben Sie daran und lassen Sie alle Zweifel los. Visualisieren Sie mit allen Sinnen, wie Sie das erwünschte bereits besitzen. Jetzt müssen Sie noch einen Handlungsplan, eine Strategie entwickeln, wie Sie Ihr Ziel erreichen wollen und vor allem warum.

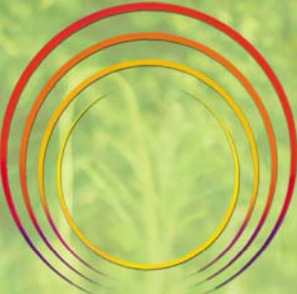
Das warum definiert Ihre Motivation, und wenn diese hoch genug ist, werden Sie es auch schaffen. Also schreiben Sie mindestens 10 Sätze auf, warum Sie Ihr Ziel erreichen wollen.

Beantworten Sie bitte noch folgende Frage: Warum haben Sie Ihr Ziel bis jetzt noch nicht erreicht? Was war der Hinderungsgrund? Wenn Sie das herausfinden und verändern, sind Sie frei, Ihrem Ziel freudig „entgegen zu segeln“.

„Motivation bringt Sie zum Anfangen, Gewohnheit sorgt dafür, dass Sie weitermachen.“
Jim Rohn



Autor: Andreas O. Tauscher , Tel.: 0664/523-91-30, E-Mail: tauscher.andreas@gmx.at



Das Leichte Leben!

Die Quelle der Heilung ist in uns. Entspannung finden - bei sich Selbst ankommen - Getragen werden – Vertrauen

- :: Cranio Sacrales Balancing
- :: Schamanische Heilarbeit
- :: Klangheilung mit Stimme,
- :: Trommel, Kristallklangschale

Sabine Bacher
Padma Balance

3812 Groß Siegharts,
Bandwebergasse 25
Mobil: +43 660 324 72 72
www.padma-balance.at
info@padma-balance.at



Schmerzfrei durch's Leben

Die neue Schmerzfreimethode LnB nach Liebscher und Bracht

LnB ist eine Schmerzpunktpressur in Kombination mit einer neuen Bewegungs- und Gesundheitslehre.

Laut Liebscher und Bracht sind Schmerzen die Sprache des Körpers, uns darauf hinzuweisen, dass wir im Begriff sind, ihn zu schädigen – auch wenn diese Schädigung noch nicht vorliegt.

Bei über 90% der heute verbreiteten Schmerzen handelt es sich um Warnschmerzen, die unabhängig von Schädigung entstehen oder auch trotz vorliegender Schädigung beseitigt werden können..

Wie funktioniert LnB?

Durch Drücken von ausgesuchten Punkten wird die schädigende Programmierung der Muskulatur aufgelöst. Schon nach wenigen Behandlungen ist eine deutliche Reduzierung des Schmerzes erkennbar. Spezielle Muskeldehnungsübungen bewirke langfristige Stabilisation des muskeldynamischen Gleichgewichtes und führen so zu anhaltender Schmerzfreiheit.

Die LnB Methode kann bei allen Schmerzzuständen im gesamten Körperbereich angewendet werden (Kopfweh, Nacken, Schultern, Rücken, Gelenken, Ischialgie, Oberschenkel, Hüfte etc.- auch bei Taubheitsgefühl in den Extremitäten und bei Muskelkrämpfen). Ebenso können Haltungsfehler und Vitalitätsverlust ausgeglichen werden.

Die LnB Schmerzfreimethode hilft auf natürliche Weise, also ohne Einsatz von Arzneimitteln und Operationen.



Autorin: Mag. Sylvia Chochola

Praxis: A-3950 Gmünd, Stadtplatz 29, 1. Stock

Tel: 0664/5239951

Email: sylvia.chochola@shui.at

www.dilenardo.at



Zimmervermietung mit Frühstück

Im oberen Waldviertel bei Heidenreichstein

Energiearbeiten-Einzelarbeiten:

Seelenarbeit ■ Röntgenblick ■ Lomi Lomi

Energetische Massagen ■ Reiki

Trommeln ■ Räuchern

Qi Gong

Ausbildungen

Kurse

Seminare

Workshops

Vorträge

Kraftplätze in absoluter Ruhelage
und vieles mehr!



Infos auf unserer Homepage:

www.dilenardo.at ■ hausdilenardo@hotmail.com

A-3834 Pfaffenschlag ■ Wolfsegg 64 ■ +43-(0)676-7211711

www.facebook.com/hausdilenardo

FEST

3 Tage

DER

BEGEGNUNG

**Eintritt
pro Veranstaltung
5 Euro**

33 Vorträge

5 Konzerte

3 Bauchtanzgr.

Kasperltheater

12 Messestände

Workshops

Benefizveranstaltung
Zugunsten: www.HausderHoffnung.org

Kunsthhaus Horn

Fr.+Sa.+So. 25-27 Okt.

Info/Veranstalterin: Elisabeth Feilhaber, Tel: 02986/64 64 9, E-Mail: feilhaber@utanet.at
Programmheft: www.NativeHealing.at/fest-der-begegnung.pdf



Eröffnung Freitag, 25. Okt. Beginn: 19:30 Uhr

Eintritt für gesamten Eröffnungsabend 5 Euro

19:30 Lachzentrum Mödring

19:45 ♀ Siegfried Eberlein und das Oberton- Ensemble

21:00 Frauen – Tanz – Vergnügen Choreographie: Birgit Ofner

21:50 Orientalischer Tanz (Bauchtanz), von Claudia Schmutz, Dr. Helga Mühlöcker und Dora Lehel- Choreografie: Nazir Merzo

Samstag, 26. Oktober

09:00 Smovey- Training

09:00 Transformation

10:15 Delfinmeditation

10:15 Das Leben ist endlich /lebe endlich!

11:30 Celtic Design

11:45 Orientalischer Tanz

12:45 "Abenteuer Stimme"

13:00 Aviva- Methode

14:00 Meditatives Malen

14:15 Monomelo- Trommeln

14:30 KASPERLTHEATER

15:30 Familiendeeksha

15:45 Musik und Poesie der Seele

17:00 System. Aufstell./Bach-Blüten

17:00 ♀ „Seelenlieder“

18:00 Feng Shui

18:00 „Zu Fuß durchs Heilige Land“

19:30 ♀ „The Flying Horses“

21:00 ♀ „Rhytmotop Ensemble“

22:30 ♀ „Losz Grip“ Freezy Trap

Sonntag, 27. Oktober

09:00 Smovey- Training

09:00 Aromaöle

10:15 Bachblüten

10:15 Bewegter Weg- Lebenstanz

11:30 Dynamische Atemmeditation

11:30 Heilsingen – Kraftlieder

13:00 Kräuterkunde

13:00 Phänomen- Kornkreise

14:15 Cocounseling und Redekreis

14:15 Ayurveda

15:30 Nur weil etwas unwahrscheinlich klingt, muss es nicht unmöglich sein

15:30 Die Soziokratie am Beispiel von Cohousing Pomali

17:15 ♀ Ausklang des ersten Festes der Begegnung in Horn. Ein herzlicher Austausch von Mensch zu Mensch: Magie der Klänge- Gongkonzert



Alle Künstler, Vortragende und Organisation wirken ehrenamtlich
Eintritt für Unkosten+ Benefizprojekt: 5 Euro pro Veranstaltung



Infostände: Sa/So von 9-18:00 Uhr

- > DanjEsch – Seelenlieder
- > Kulturverein „Das Andere Haus“
- > Gemeinnütziger Verein für ganzheitliche Gesundheit und Kinesiologie Gmünd
- > Aktive gegen Burnout
- > Haus der Creationen
- > Talente Tauschkreis

- > Räucherwerkstatt Waldviertel
- > Oneness- Stand
- > Reinhard Auer Ausstellung
- > Padma Balance – Sab. Bacher
- > Free Spirit® Bewusstseins- und Persönlichkeitstraining
- > Haus Di Leonardo
- > Sissy Fleischner CSI Praktikerin

Herr Löwe!

Du repräsentierst die Macht, das Wollen, die Einzigartigkeit: Auch wenn andere sich manchmal von dir verletzt fühlen lebst du dich selbst. Im Mittelpunkt deiner Untertanen, wenn du an der Macht bist, ist die Welt für dich in Ordnung: „Es kann nur einen geben“. Eigenwillig, mit natürlicher Autorität herrschst du. Nutze dein dir anvertrautes Amt und versuche mit Menschlichkeit und Würde zu regieren. Sei Beschützer der Schwachen, aber vergiss nie das Schicksal, denn das hat den größeren Atem. In dem Moment, in dem dein Thron wackelt wirst du erkennen, dass du abhängig bist. Abhängig vom Wohlwollen deiner Untertanen.

Egal, welchen (uneingestanden) Sieg du anstrebst – du willst Applaus!

Indem du deinen Selbstwert aus der Unterwerfung anderer ziehst, lästige Konkurrenz skrupellos ausschälst, dauert es lange, bis du deine Talente nicht mehr zu deinen Gunsten, sondern zur Unterstützung von anderen einsetzt. Denn, sicher auf dem Thron, gemütlich im Chefsessel des Managements oder als viel versprechender Politiker dauert es lang, bis man(n) sich seinem Herzen zuwendet. Wichtiger ist es zu beeindrucken, etwas zu bewegen (welcher Politiker hat schon jemals für andere Menschen etwas bewegen wollen?) - um Applaus zu bekommen!

Frau Löwin!

Deine strahlende Lebenskraft durchströmt Gesang, Kunst, Spiel und Spaß. Deine Kreativität und Fruchtbarkeit, deine Sexualität drängen nach Entfaltung: Der Hofstaat von dich bewundernden Männern interessiert dich nicht. Du nimmst den Beifall und die Huld ganz selbstverständlich entgegen. Zweifel erlaubst du nicht, oder leise Kritik. Wenn der Beifall verstummt, stellst du Kündigungsschreiben aus: Das dumme Volk erkennt deine „guten Absichten“ nicht. Unbequem gehst du aus dem Weg, du hinterfragst dich lange nicht. Inzwischen säumen viele „Leichen“ deinen Weg. Und wieder schreitest du durch den Raum, ein strahlendes Lächeln für alle. Bis auf einen: Der wird dir verfallen, dein Sklave sein. Du verlangst Respekt, magst Plumpheit nicht und schätzt auch jüngere Männer, die haben das Anbeten noch nicht verlernt. Als Wildkatze hast du deine Beute zum Fressen gern, Widerstand reizt, Verklemmtheit nie. Mystik im Bett ist für dich überflüssig, du schlägst den direkten Weg zur Erotik ein. Du liebst es, dich zu verlieben, und bist dann mit ganzem Herzen dabei. Und du liebst es, in die Macht zu gehen: Dann schaltest du jede Konkurrentinnen aus. Ohne Herz.

Die junge Löwin, der junge Löwe:

Schon als Kind warst du von deiner Größe überzeugt. Deine Prägung erfährst du – als Mädchen durch die Mutter, als Junge durch den Vater. Heranwachsend glaubtest du, dass das, was du von deinen Eltern bekommen hast, nicht genug oder nicht das Richtige

gewesen ist, dass dir etwas Besonderes zugestanden wäre. Du vergisst dein Kinderherz voller Liebe und dass du es kaum erwarten konntest, endlich erwachsen zu werden, um in Familienangelegenheiten das Ruder in deine Händchen zu nehmen: Ohne deine Hilfe scheinen sie verloren. Und egal ob es die Großeltern, Eltern oder später der/die gewählte Partner/in ist, die Schicksalsumstände scheinen deine Stärke zu bestätigen: Sie sind schwach, hilfsbedürftig.

Wenn sich im Laufe deiner Entwicklung dein Drang nach Bestätigung immer mehr verliert, du zurückgefunden hast zu deinen Wurzeln, zur Liebe die dich mit deinen Eltern verbindet, hat auch eine Partnerschaft eine Chance. Wer seine Eltern sieht, in dem, was sie gegeben haben, der sieht auch seine/n Partner/in. Nicht nur mit den Augen, sondern mit dem Herzen.

Erst wenn du dich nicht mehr drückst vor Beziehungsarbeit und wenn du bereit bist, dein Herz zu geben, hat die Liebe eine Chance! Doch bis es soweit ist, muss dich, wie bei allen Allzu-Großen, das Schicksal lehren, dass es einen längeren Atem hat! Durch die Versöhnung mit der Vergangenheit wird dein Herz sich öffnen. Dann kannst du über dich selbst lachen und gelassen deine Wärme und Kraft verschenken. Dann bist du authentisch - die natürliche Autorität mit Führungsqualität – du regierst mit Würde und Menschlichkeit, kurz gesagt, mit deinem Herzen. Und wir verweilen gerne in deinem Gefolge!

Gudrun G. Graf, Österreichische Naturheiltherapeutin

Rosensteingasse 80/10

1170 Wien

0676/922 73 80

gudrun@tao-des-annemens.at



reinhard auer
HUMANENERGETIKER
UND MENTALTRAINER

Reiki
Fernreiki
Pendel
Körperkerzen
Energetischer Schmuck
Handgefertigte Energetische Schutzzeichen
Räucherungen

Hohenauer Strasse 1
A-3843 Dobersberg
Tel.: 0664/ 120 20 60
E-Mail: energetik.auer@gmail.com
Web.: <http://energetik-auer.jimdo.com>

Was ist eine DOULA?



Der aus dem Altgriechischen stammende Begriff “Doula” bedeutet so viel wie “Dienerin der Frau” und bezieht sich im Speziellen auf die Bereiche Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett.

In früheren Zeiten wurde eine Gebärende außer von der Hebamme auch noch von geburtserfahrenen, vertrauten Frauen begleitet und betreut. Diese Tradition setzt die “moderne” Doula fort. Die Begleitung beginnt bereits in der Schwangerschaft – oder eventuell schon bei bestehendem Kinderwunsch.

Die Doula ist dann vor allem während der Geburt als wichtiger Teil des Geburtsteams verlässlich und beständig für die Bedürfnisse und das Wohlergehen der Frau da, ohne zeitliche Begrenzung oder Schichtwechsel. Natürlich entlastet sie auch den werdenden Vater, der sich ja als Mann oft nicht vorstellen kann, was die Frau erlebt und daher unsicher ist, wie er gut helfen kann.

Während der Wochenbettzeit trägt die Doula mit Tipps und Ratschlägen aus ihrer Erfahrung und einem umfangreichen Fachwissen bei, dass die neu formende Familie harmonisch zusammenfindet und miteinander SEIN kann.

Auch falls die gute Hoffnung jäh endet oder das Baby die Familie bald wiederverlässt bietet die Doula einfühlsame und verlässliche Begleitung an. Die Doula ist nicht zuständig für medizinische Untersuchungen, Behandlungen und Entscheidungen, sie kümmert sich um die Gebärende, stärkt sie emotional und tut alles ihr Mögliche, um einen harmonischen energetischen Raum zuschaffen und zu halten.

Die Doula kann sowohl Hausgeburten, als auch ambulante und Klinikgeburten begleiten. in der Praxis...stellt sich eine Doula auf jede Frau/Familie ein und versucht, die persönlichen Bedürfnisse zu erfüllen.

Soweit es möglich ist geht sie natürlich auf kulturelle Traditionen und weltanschauliche Vorstellungen ein, daher kann hier das Angebot nur als Beispiel dienen:

Schwangerschaftsbegleitung Austausch von Frau zu Frau, Besprechung von Untersuchungserfahrungen und -befunden, herausfinden der eigenen Wünsche bezüglich Geburt und Geburtsort, eventuelle Ängste entkräften, biologische Körperpflege, stärkende und verbindende Übungen, energetische Balancen, Blessingway-Party, Babybauch-Kunst...Geburtsbegleitung...

Geburtsbegleitung unterstützende, beruhigende, motivierende Präsenz während der gesamten Geburt

(soweit medizinisch möglich), gemeinsames Singen und Atmen, Aromaöle, Entlastung aber Einbeziehung des Partners, Erinnern an die vorher besprochenen Wünsche, Wahren der Interessen der Gebärenden, Plazenta- Fruchtblasenkunst...Wochenbettbegleitung Beratung zu Stillfragen und Umgang mit dem Neugeborenen, besonders natürliche Pflege, einfühlsame Begleitung bei Stimmungsschwankungen, Unterstützung bei der Organisation des veränderten Haushalts, Willkommensfest, Namengebungsfest...

Über nützliche Auswirkungen einer Doula-Begleitung gibt es Statistiken, die ich gerne weitergebe, aber die Aussage eines Arztes, der seit Jahrzehnten forscht und vergleicht, bringt's ziemlich auf den Punkt: "Wären die mit einer Doula erzielten Ergebnisse mit einem Medikament oder einem neuen Apparat zu erreichen, dann gäbe es eine ungeheure Nachfrage nach dieser Neuerung, aber leider entspricht die Doula noch nicht der medizinischen Lehrmeinung." (Dr. med. John H. Kennel)

Autorin;Gertraud Zauner

E- Mail: gertraud@beratungbegleitung.at

Tel: 0650/33 411 41

Heilsame Klänge & Tönen



Kunsthaut Horn

Jeweils Donnerstag von 19- 21 Uhr

12. September, Sabine Bacher: Kristallklingschale & Stimme

17. Oktober, Jörg Schuppler: Harfe & Monochord

21. November ,Norbert Feihaber: Gongbad & Rumi

12. Dezember, Yela Brodesser & Daniel Giordani: Weltenmusik & Tanz

Heilkommunikation „Es fügt sich ...“



Es fügt sich: Frei teilt sich mit, was der Gegenwart dient. Und stärkt unsere Wirkungskraft. Worte sind Schlüssel zu den unterschiedlichsten Energiereichen. Du kannst vieles herunterladen, was du „brauchst“. Das höchste Licht lässt sich jedoch nicht manipulieren. Dir wird gegeben, so wie es für dich bekömmlich und in der göttlichen Ordnung ist. Worte der kosmischen Mutter von Frau und Mann. Ihre Informationen erhielt ich in Assisi im Dom Santa Maria degli Angeli mit dem Auftrag, dieses Bewusstsein mitzuteilen. Lasst das Wort auf

euch wirken. Egal ob ihr von der Frau, vom Mann oder von beiden liest. Ihr könnt es auch laut lesen, was die Heil- und Erkenntniskraft hinter den Worten verstärkt.

„Sage den **Frauen**, sie alle tragen die Mutter in sich. Sage den Männern, ihr werdet unendlich, ewiglich geliebt. Alles ist gut. Ihr alle seid Mutter eures Selbsts. Ehret euch. Mutter sei Dank. Ewig leuchte das Feuer des Lichtes in euch. Strahlt. Seid. Werdet. Dankt. Ihr **Männer** nehmet an. Der Friede sei mit euch und eurer Mutter. So seid ihr erwacht im GottLicht. Ehret euch. Ehret eure Väter. Öffnet die Hände und lasst fließen. Heiligung geschieht durch euch selbst. Empfanget. Lenkt die Aufmerksamkeit auf das Herz, das Dritte Auge, die Hände, die Fußsohlen. Ihr seid Mutter und Vater in allem was ihr seid. Ihr seid heilig. Strahlt. Nehmt an. Ihr seid. Friede sei mit euch, mit eurem Herzen, mit eurem SoSein. Friede ist. Mutter sei Dank. Amen.

Beide: Empfanget. Alles ist da. Sprecht diese Worte mehrmals täglich und ihre werdet es fühlen. Euch erfüllt fühlen. Ihr seid erwacht. Suchet nicht. Ihr seid erwacht. Empfanget. Seid. Fließet. Sprecht langsam ein- u ausatmend: „Ich empfangen. Ich bin. Ich lasse sein. Ich ver-gebe. Ich bin. Ich bin alles, was ich bin. Ich trage alles, was ich bin in mir. Ich sende, was ich bin. Ich bin. Ich ehre und achte mich. Ich bin. Amen. So sei es.“ **Männer:** „Ihr seid die Macht der Welt. Friede kehrt ein. Macht der Liebe. Macht der Weisheit. Macht der Gnade. Macht des Friedens. Macht eures Seins. Macht. Tut. Seid. Lebt. Liebt. Lacht. Strahlt. Seid.“

Frauen: „Liebet eure Macht und eure Geistigkeit. Liebet eure Macht der Liebe. Liebet eure Macht des Mitgefühls. Liebet eure Macht. Seid. Liebt. Lacht. Tanzt. Strahlt. Seid. So sei es. Amen. Mutter sei Dank.“ Ende der 1. Botschaft

Achtet eure Vollkommenheit und seid wachsam vor der Unvollkommenheit (= Angst, Sorge, be- und verurteilen, analysieren, Hass, Wut,...) Achte die Vollkommenheit meint: Achte dich. Schau dich. Ehre dich. Nutze die Kraft des Wortes und setze Taten, handle so, dass du dich geehrt und wertvoll durch dich selbst erfüllst. Liebe dich. Lebe dich. Lass dich leben. Glaube an dich und an deine Schöpfungskraft.

Die Jetzt-Zeit ist eine mütterliche Energie, was bedeutet, dass wir unser Kopfwissen in gefühltes Wissen wandeln müssen.

Viel Wissen ist bereits hier auf Erden. Wir sind aufgerufen, dieses Wissen zu vertiefen und uns nicht mit Wissen anzuhäufen, sondern mit dem bereits vorhandenen Wissen leben üben, erfahren, fühlen, entdecken, forschen und somit eröffnen sich uns neue Welten. Die Vertiefung in das bereits vorhandene Wissen und in das neue Wissen ist ein weiblicher Aspekt. Zur Vertiefung ein einfaches Beispiel: Egal welche Sportart du wählst, nur wenn du dich für ein bis zwei Arten, die deine hohe Priorität erhalten entscheidest, kannst du in ihnen wachsen und neue Erfahrungen sammeln. Genauso verhält es sich mit dem gesprochenen und geschriebenen Wort. Wir haben eine beschränkte Auswahl von Worten, die wir nutzen. Wenn wir uns dem Wort öffnen, den Worten wahrhaftig lauschen und sie uns wahrnehmen, können sie uns tiefe Weisheiten und neue Räume offenbaren. Die Worte sind Schlüssel zu den heiligen Räumen in uns und außerhalb von uns. Dort finden wir alle Informationen wie für Heilung, Impulse, neue Technologien oder wie wir etwas vom Geistigen ins Leben gebären können und Antworten auf Fragen über Fragen. Die Möglichkeiten sind unbegrenzt. Lebt euren Freigeist. Ich danke für eure Aufmerksamkeit.

Autorin: Sybille Sophia

Ausbildung „**Heilkommunikation**“ Beginn am 28. + 29.9.2013 in Wien



Die Heilkommunikation, ob über **wahre Liebe, Fürsorge, Fülle, Freisein, Verantwortung, Klarheit, Informationen aus dem Feld, Seelenkommunikation, Heilung, Wachstum**, und vieles mehr, ist immer wahrhaftig und verbindet Himmel und Erde in uns. **Sie transformiert mit ihrer Wortkraft. Gesprochen oder Unausgesprochen schenkt sie uns klare Mitteilung und Anweisungsmöglichkeiten**, um das lichte Wissen im Alltag zu integrieren. Es ist eine Kommunikationsform der Neuen Zeit – wertfrei, heilend,

liebevoll. Sie führt wahrhaftig durch den Alltag. Leben pur.

Elemente während der Ausbildung: Direkte Kommunikation. **Die Macht und Heilkraft des Zuhörens. Heilendes Beobachten.** Traditionelle Kommunikationsformen. Ganzheitliche Krisenintervention. Konfliktlösungen. **Erkenne dich neu. Quantenkommunikation.** Hellfühlen. Hellsehen. Hellhören. Durch das Sensibilisieren der direkten Kommunikation fließen die eigenen Wertsysteme und Selbstkonzepte nicht in die Botschaften aus dem höchsten, reinen Licht- und Liebesfeld, die Quelle allen Seins, ein.

Seminar: „Heilkommunikation in Aktion“ am 14. + 15. 9. in Wien (auch zum Kennenlernen und sich selbst erfahren)

Waldviertel Herbst 2013

„Freiheit * Seelengeflüster“ am 12. 10. 2013

„Heilkommunikation in Aktion“ am 9. 11. 2013

Weitere Informationen auf: <http://www.lichtstaette.com/news/termine>

Sybille Sophia: Mobil: + 43 (0) 676 339 53 85, E-Mail: sybillesophia@lichtstaette.com,

Facebook: <https://www.facebook.com/lichtstaette>

Indienreise zum BON Children's Home 2013



Es war ein sehr spontaner Entschluss. Dr. Livia Neundlinger (Ärztin aus Wien) und ich (Gudrun Kalchhauser, DGKS aus Krems) unterstützen seit unserer ersten Reise nach Dolanji das Kinderheim, indem wir Patenschaften vermitteln und spezielle Projekte, die Gesundheit der Kinder fördernd, durchführen (wie zum

Beispiel das Errichten von solarbetriebenen Warmwasseranlagen, damit die Kinder warm duschen können).

Bei seiner Reise 2012 hat Rinpoche Nyima Dapka, der Leiter des BCH (Bon Children's Homes), eine Umstrukturierung in der Gruppe österreichischer Helfer vorgenommen. Zur gleichen Zeit hat er auch eine Einladung ausgesprochen. Das 25jährige Bestehen des BCH sollte am 1. Juli 2013 gefeiert werden.

Unsere Entscheidung, nach Dolanji zu reisen, fielen wir sehr kurzfristig - nämlich erst im April. Spontan haben sich drei Mitreisende gefunden. Anna Aichinger, ihr Sohn Maximilian und Gerlinde Wintersteller. Von Fa. Helschl wurde uns kostenlos ein Stab-Laser-Gerät geborgt, das wir zur Wundbehandlung einsetzen wollten, da wir wussten, dass die Kinder häufig Hautwunden aufweisen.

Unsere Reise begann Ende Juni; der Flug von Wien Richtung Ostern dauerte 6 1/2 Stunden - wir kamen um Mitternacht in New Delhi an. (3 1/2 Stunden Zeitverschiebung). Dolanji erreichten wir am Nachmittag. Das Kinderheim stand ganz im Zeichen der Vorbereitungsarbeiten für das Jubiläumsfest. Immerhin wurden mehr als 100 Gäste erwartet.

Die Festlichkeiten waren sehr feierlich. Hochrangige Vertreter der autonomen, tibetischen Regierung waren anwesend. Alle Mönche aus dem Menri-Kloster ebenfalls. Außerdem Nonnen aus dem angeschlossenen Nonnenkloster, Eltern von Kindern, welche im BCH sind oder ehemalige Studenten, die durch das BCH zu einem eigenständigen Leben geführt wurden. Rituellen Tänze und Gesänge untermalten den Festakt. Die Reden waren großteils tibetisch und dadurch nicht verständlich für uns. Es wurden aber wesentliche Passagen für uns übersetzt. Ein Teil der Festlichkeit bildete die Ehrung der Sponsoren aus Europa. Wir haben eine Standarte zur Erinnerung an dieses große Fest überreicht bekommen. Und jeder Mitreisende zusätzlich ein kleines Geschenk.

Die tränenreichen Geschichten und die gelebte Wertschätzung die hier gezeigt wurde, berührten uns tief. Und auch so manches, tibetisches Schicksal blieb – wenn auch tibetisch verschleiert, nicht ganz verborgen. Mit großem Interesse nahmen alle Kinder



daran teil und lasen von den Lippen der Erzählenden deren Lebensgeschichte. Und, wenn ein kleiner Zuhörer dann doch einmal eingeschlafen war, fand sich jemand, der über seinen Schlaf wachte... Die Kinder tragen so etwas wie „BCH-Kleidung“. Die Mädchen rote, die Buben blaue Shirts, mit der Aufschrift: BCH - BON CHILDREN'S HOME.



Und wenn einmal ein kleiner Held müde wird, findet er rasch einen Schlafplatz. Wir besuchten die Klassen der Schule, erzählten von ihren Projekten. Es war für uns sehr eindrucksvoll, mit wie wenig Mittel hier hochwertiger Unterricht stattfindet. Der Musiklehrer hat mit den Schülern das Programm für die Feierlichkeiten in nur 4 Wochen zusammengestellt. Er ist ein charismatischer Mensch und strahlt Achtsamkeit aus, wie man es selten findet. Eine sehr herzliche Begegnung – an einem Tag, an dem schulfrei gewesen ist, und zu dem sich ALLE LEHRKRÄFTE eingefunden hatten.

Großen Eindruck hat der Besuch im Nonnenkloster hinterlassen. Während die Kinder im BCH und auch die Kindermönche im Menri- Kloster bereits alle mit Warmwasser-



duschen versorgt sind, fehlen im Nonnenkloster nicht nur diese. Wir hatten das Gefühl, dass die kleinen Nonnen sehr bescheiden leben. Wir überlegten auch in der Gruppe, ob nicht hier – kleine Nonnen sind nun einmal auch Kinder – nicht auch einmal eine helfende Aktion gefragt sei. Alleine mit einer Sonnenbrille lässt es sich längere Zeit unterhalten. Ein gutes Gefühl, sie einmal zu erwischen. Daraus kann sich ganz einfach ein Spiel entwickeln... Langeweile ist ein Wort, das man in Dolanji nicht kennt. Nach fünf Tagen traten wir die

Heimreise an, auf der wir – dank Organisation Raiffeisen Reisen wie auf Schienen bis nach Wien geleitet worden sind. Voll mit Eindrücken und der Liebe der Kinder kamen wir am 5. Juli 2013 reich beschenkt zurück nach Österreich. Mit ein paar „Hausaufgaben“ im Handgepäck und mit dem Wunsch, vielen Leuten von Dolanji erzählen zu dürfen.

Vielen Dank für Ihre / Deine Unterstützung.

Es ist eine Hilfe, die zu 100 Prozent ankommt. Für Fragen stehen wir zur Verfügung.

Wir freuen uns über Rückmeldungen!

Autorin: Gudrun Kalchhauser, Tel: 0664/3757 957, E-Mail: gudrun.kalchhauser@aon.at

Unsere Spendenkonten:

Arbeitsgemeinschaft Attersee:

ARGE Hilfsprojekt Dolanji, Kto Nr.: 800-02063709; BLZ 34523 bei der Attergauer Raiffeisenbank

IBAN: AT133452380002063709; BIC RZOOAT2L523

Patenschaften:

BON-Children's Home – Patenschaften, Kto Nr.: 07733151109; BLZ 20228 bei der Kremser Bank;

IBAN: AT452022807733151109; BIC: SPKDAT21XXX

Projekte:

BON-Children's Home – Projekte: Kto Nr.: 07733148022; BLZ 20228 bei der Kremser Bank;

IBAN: AT712022807733148022; BIC: SPKDAT21XXX

Schulprojektstage oder Schullandwochen einmal „Anders“



Das am Talschluss von St. Oswald/Bad Kleinkirchheim gelegene Familienhotel geht schon lange eigene Wege und hat es sich dabei zum Ziel gemacht, der Jugend unseres Landes die Natur näher zu bringen. Gerade in einer Zeit, wo sich die Kinder eher mit ihrem Laptop zu Hause beschäftigen oder mit dem Gameboy spielen ist es umso wichtiger, dass unsere Kinder wieder hinaus in die Natur kommen und ihnen mit geschultem Fachpersonal vermittelt wird, wo z.B. unsere

Lebensmittel herkommen, wie sie entstehen und wie der Honig, den sie jeden Morgen zum Frühstück essen gewonnen wird, der lange Weg von der Blüte bis ins Glas wird hier aufgezeigt! Aber zuerst zurück zum Ursprung der Familie Hinteregger:

Die Geschichte des Hofes geht zurück bis ins 11. Jahrhundert. Seit 1470 ist das wunderschöne Anwesen nun schon im Besitz der Familie Hinteregger. Eine sehr lange Zeit, die nicht nur verpflichtet, sondern in erster Linie auch verbindet. Menschen mit Menschen, Menschen mit Tieren, Menschen mit der Natur und vor allem auch Tiere mit der Natur. Hier kommt der Alltag durch die beruhigende Harmonie zwischen Mensch, Tier und Natur sowie das ökologische Gleichgewicht endlich zur Ruhe. Wir holen die Natur ins Haus. Vom vollen Korn bis zu den frischen Kräutern aus unseren großzügigem Kräutergarten, der mit so manchem „Wundermittelchen“ aufwartet- man sagt im Volksmund ja nicht umsonst- „Gegen alles ist ein Kraut gewachsen!“ Bis 1961 war der Betrieb ein Bergbauernhof,



durch den Bau der Lifтанlagen wandelte sich St. Oswald in einen Fremdenverkehrs und Luftkurort, wodurch in weiterer Folge die Jausenstation und der Gasthof Hinteregger entstanden! Seit 1992 wird das Hotel als Familienhotel geführt, ebenso wird Urlaub am Bauernhof angeboten, ein Erlebnis für Groß und Klein!



Seit nunmehr 15 Jahren wird die Landwirtschaft rein biologisch betrieben. Ohne chemische und mineralische Dünge- und Futtermittel. Als Bio-Bauer und Naturkreisbetrieb hat sich Familie Hinteregger den natürlichen Abläufen verschrieben, was Sie gerne an Schülerinnen und Schüler weitergeben möchten. Hier betrachtet man die Kräfte der Natur als harmonisches Ganzes. Das natürliche Leben im Rhythmus der Jahreszeiten ist also gelebter Alltag.



Daran hat man es sich zum Ziel gesetzt, Schülerinnen und Schüler daran teilhaben zu lassen, sie dazu aufzufordern Teil dieses „einfachen und natürlichen Lebens“ zu sein und das Besondere in der Natur und im täglichen Leben zu entdecken. Sie sollen sehen, dass das Frühstücksei morgens frisch aus dem Hühnerstall kommt, können beim Mähen der Wiesen den frischen, würzigen Geruch des Bergheu's einatmen oder mit Familie Hinteregger gemeinsam die Tiere verpflegen.

Daher ist es bereits seit 2003 ein große Anliegen von Familie Hinteregger dies in Zusammenarbeit mit dem Biosphärenpark Nockberge weiterzugeben. Angefangen hat all dies mit einer Handvoll Schulklassen, die ihre Sommer- und Herbstprojektstage in den Kärntner Nockbergen und auf dem Brunnachhof verbracht haben. Mit Spiel und Spaß wird den Kindern der Lernstoff in der Natur von den Familienmitgliedern persönlich und fachkundigen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern des Biosphärenpark näher gebracht. Im Laufe der Jahre wurden diese Projektstage für viele Schulen zur Tradition und das Projekt „Natur- Erleben“ am Brunnachhof hat sich etabliert und immer mehr Schulen aus Kärnten und ganz Österreich nehmen dieses Angebot gerne an. In der Sommersaison lassen sich zahlreiche Schülerinnen und Schüler von der Natur faszinieren und lernen die Flora und Fauna zu fühlen, zu verstehen, zu achten, zu lieben und zu pflegen. Auf sportliche, kreative sowie informative Weise erleben sie die Elemente Wasser, Erde, Feuer und Luft.



Bei der Planung und Gestaltung von solchen Projekttagen besteht die Möglichkeit diese durch spezielle Programme, wie z.B. „Bauernhof“, „Schule auf der Alm“, und „Waldpädagogik“ zu einem unvergesslichen und lehrreichen Erlebnis für die Kinder zu machen. Insgesamt bietet der Familienbetrieb in Kooperation mit dem Biosphärenpark Nockberge mehr als 30 Programme an und die Lehrer werden jederzeit von Familie Hinteregger und den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern des Biosphärenparks fachkundig in alle Bereichen unterstützt.

Ein paar Programme, die Familie Hinteregger besonders am Herzen liegen, sollen an dieser Stelle kurz vorgestellt werden:

„Erlebnis Bauernhof: Fühlen, Riechen, Spüren und Staunen“

- Darstellung eines Tagesablaufes auf einem Biobauernhof und Näherbringen der Jahresrhythmen „Frühling, Sommer, Herbst & Winter“
- Einblick in die ökologische Wirtschaftsweise eines Bauernhofs
- Kennenlernen aller am Bauernhof lebenden Tiere, wie Kühe, Schweine, Hühner, Pferde, Ziegen, Katzen usw. inkl. Streichelzoo



So ein Tag kann zum Beispiel so aussehen:

- Kennenlernen unseres Biobauernhofes mit
- all seinen Gebäuden und Arbeitsgeräten
- Erklärung der sanften biologischen Bewirtschaftung eines Hofes (wir beachten Mondphasen, Bauernregeln und Sternzeichen)
- Besichtigung unseres Kräutergartens inkl. Anwendungsmöglichkeiten für die Hausapotheke
- „Von der Milch zur Butter“- selber Butter und Topfen machen
- „Vom Korn zum Brot“ – Besichtigung einer gut funktionierenden „Flodermühle“ in unmittelbarer Nähe, jeder erzeugt sein eigenes Vollkornbrot- Schürze und Kappe stellen wir zur Verfügung
- Kennenlernen der Stallarbeit- wir melken unsere „Kuh“ um die Wette
- Lustiges Bauernhofquiz
- Sammeln verschiedener Kräuter und Gräser auf der Wiese
- Kopfkissen-Produktion mit frischen Kräutern und anschließendem „Schlaftest“
- Besuch einer „Brechelstube“
- Besuch des „Wegerstadls“, der ältesten Hütte in St. Oswald (750 Jahre alt)
- Besuch des Schmiede-Museums in St. Oswald





„Besuch einer Gebirgsforellenzucht in St. Oswald“

- Gebirgsforellen fangen mit einem Kescher
- Erklärung, wie Fische leben, was sie bevorzugt fressen und wie das Atmen funktioniert
- Richtige Aufzucht und Haltung von Forellen
- Forellen und ihre Fortpflanzung sowie die Aufzucht von Babyforellen

„Honig, ein Schatz der Natur“

- ...von fleißigen Bienen und Imkern
- Die bodenständige Kärntner Carnica-Kultur
- Über den Kärntner Bienenhonig



„Feuer, Erde, Luft und Wasser“

- Feuer: das mächtigste und kraftvollste der 4 Elemente, erzeugt Wärme, Licht und Energie, Experiment mit Lagerfeuer
- Erde: ist ein fester Stoff in unterschiedlichen Formen und vielerlei Konsistenz, Experiment und Demo warum zum Bilden von Erde Luft benötigt wird, viele Tiere verarbeiten Blätter und Nadeln zu Humus
- Luft: Sauerstoff ermöglicht erst das irdische Leben
- Wasser: 2/3 der Erdoberfläche ist mit Wasser bedeckt, davon nur 3% Süßwasser, Trinkwasser nur (0,2 %) muss farblos, geschmacklos, frisch und keimfrei sein, alle Arten von Wasser- Experiment und Demo sowie ein Besuch des Fernheizwerks von St. Oswald



„Geocaching, auch GPS-Schnitzeljagd genannt...“

- ...eine Art elektronische Schatzsuche, hierbei werden mittels GPS- Geräten die von uns im Gelände versteckten „Schätze“ gesucht, Spaß für Jung und Alt ist hierbei garantiert

Bei Inanspruchnahme dieser Leistungen erhalten die Kärntner Schüler bis zu 50% der Transferkosten für Projektstage mit einem Projektpunkt "Schule am Bauernhof" zurückerstattet. Maximal 350 Euro pro Klasse/Schule.



BEWÄHRT hat sich auch die Zusammenarbeit mit den Betrieben im Ort St. Oswald: Denn so haben die Kinder die Möglichkeit die Ausrüstung für Wintersporttage als „Schulsportpaket“ bestehend aus Helm Stöcken, Schuhen, Ski oder Snowboard um ca. Euro 35,-- pro Woche zu erhalten und dies ist für manche Eltern sicherlich eine große finanzielle Hilfe.

Dazu erfolgt die Unterbringung im Brunnachhof auf 1750 m Seehöhe und das ist, egal zu welcher Jahreszeit für die SchülerInnen ein unvergessliches Erlebnis. Selbstverständlich genießen die Schülerinnen und Schüler unsere Vollpension bestehend aus einem leckeren Frühstück in Buffetform, einem feinem Mittagsmenü sowie einem tollen Abendessen, das im Sommer häufig in Form von Grillen abgehalten wird, selbstverständlich mit Produkten aus unserer eigenen Landwirtschaft!

Aber nicht nur für SchülerInnen ist dies ein idealer Ort zur Weiterbildung in der Natur, sondern auch für Seminare, die in ländlicher, natürlicher Umgebung abgehalten werden sollen. Oder ganz einfach – sie müssen sich einmal ausspannen, abschalten und wieder Kraft tanken für die tägliche Arbeit zu Hause, dann ist dieser Ort ideal die Seele baumeln zu lassen und einfach die herrliche Natur genießen zu können und sich verwöhnen lassen. Ein individuell auf die Bedürfnisse zugeschnittenes „All Inclusive“-Angebot wird von Familie Hinteregger jederzeit liebevoll zusammengestellt.

Für nähere Informationen stehen wir gerne bereit und freuen uns auf Ihren Besuch.



Kontaktdaten: Gasthof Hinteregger

Ingrid und Franz Josef Hinteregger

Rosennockstraße 56 / St. Oswald

A-9546 Bad Kleinkirchheim

+43 (0) 4240/477

www.gasthof-hinteregger.at



Veranstaltungskalender Sept. bis 31. Dez. 2013

September

11. Sept. Mittwoch 19:19 Uhr **“Aroma Workshop” – Kinder mit viel Liebe begleiten**
A-3950 Gmünd, Greißgasse 7, Kursleiterin: Gertrud Weiss, Info/Anmeldung: Gertrud Weiss, Tel.: 0676/41 55 708, E-Mail: energieplatzerl@aon.at,
Web: www.energieplatzerl-gmuend.at
12. Sept. Donnerstag 19:00-21:00 Uhr, **Klangmeditation, A-3580 Horn**, Kunsthaut, Wiener Strasse 2, **Sabine Bacher: Kristallklangschaale & Stimme** Info/Anmeldung: Sissy Feilhaber, Tel.: 0676/39 255 39, E-Mail: feilhaber@utanet.at, Unkostenbeitrag 8 €.
21. Sept. Samstag 14:00 Uhr (ca. 70 Min.) **Kräuterwanderung A-3950 Gmünd** Gasthof Traxler, Grillensteinerstraße 9, Parkplatz Kursleiter/in: Mag. pharm. Isabella Kitzler Kursgebühr: 8 € Mindestteilnehmer: 6 Personen Info/Anmeldung: Apotheke Gmünd Neustadt, Tel.: 02852/52 666, Die Kräuterwanderung findet bei jeder Witterung statt.
24. Sept. Dienstag **Hildegard Aderlass, A-3950 Gmünd** Ort: Hotel Sole Felsenbad, oranger Gebäudeblock 3950 Gmünd Info/Anmeldung unbedingt erforderlich: Gertrud Weiss, Tel.: 0676/41 55 708, E-Mail: energieplatzerl@aon.at,
Web: www.energieplatzerl-gmuend.at
26. Sept. Donnerstag 19:00-21:00 Uhr, **WIR gemeinsam**, für Frieden, Freiheit & Bewusstsein, Redekreis und Austausch, **A-3580 Horn** Info/Anmeldung: Norbert & Sissy Feilhaber, Tel.: 0676/39 255 39, E-Mail: feilhaber@utanet.at. Unkostenbeitrag 5 €.
26. Sept. Donnerstag 19:30 Uhr, **Gesundheitstreff VGK** Hotel Goldener Stern, **A 3950 Gmünd**, Stadtplatz 15 Vortrag von Reinhold Klauner (Dipl. Päd., Stimmanalytiker) **Musik als Medizin – Die Zellen zum Singen bringen** Eintritt: 5 € (VGK Mitglieder kostenlos) Info/Anmeldung: Web: www.energieplatzerl-gmuend.at
29. Sept. Sonntag 8:00-16:00 Uhr, **Braco**, Hotel Pyramide Parkallee 2, **A-2334 Vösendorf**. Info: Web: www.braco-info.com. Unkostenbeitrag 5 €

Oktober

3. Okt. Donnerstag 19:30 Uhr, **Säure-Basen-Stammtisch, A-3950 Gmünd**, Stadtplatz 52, Gesundheits- und Seminarzentrum Kursleitung: Elfriede Kainz und Gertrud Weiss, Kosten: freie Spende Info/Anmeldung: Gertrud Weiss, Tel.: 0676/41 55 708, E-Mail: energieplatzerl@aon.at, www.energieplatzerl-gmuend.at
9. Okt. Mittwoch 19:19 Uhr **“Aroma Workshop” – Ätherische Öle und erste Hilfe**, **A-3950 Gmünd**, Greißgasse 7, Kursleiterin: Gertrud Weiss, Info/Anmeldung: Gertrud Weiss, Tel.: 0676/41 55 708, E-Mail: energieplatzerl@aon.at,
Web: www.energieplatzerl-gmuend.at
11. Okt. Freitag, 19:00 Uhr, Vortrag/Anwendung: **Entdecken Sie die Quantum4 Harmonie**, Bez. Horn, Info/Anm., Norbert Feilhaber, 0676/39 255 39, E-Mail: feilhaber@utanet.at
12. Okt. Samstag, 14:00-17:00 Uhr, **Heiltag**, Bez. Horn, Info/Anmeldung, Norbert Feilhaber 0676/39 255 39, E-Mail: feilhaber@utanet.at, Web: www.Naturheilpraxis-Norbert.at

12. Okt. Samstag, 09:00-18:00 Uhr **„Leben & Lernen mit Kindern“**- Intensivseminar für Eltern und PädagogInnen Leitung: Kurt Fleischner; Lernwerkstatt im Wasserschloss, **A-3140 Pottenbrunn**, Josef Trauttmansdorffstrasse 10, Info/Anmeldung: Antonia Stängl, Web: www.antoniasaengl.at

13. Okt. Sonntag, 9:00 – 17:00 Uhr **Tagesworkshop Energetische Wohlfühl-Anwendung für Körper, Geist und Seele mit den „Raindrop“ (Regentropfen)-Ölen** von Young Living, Ort: Seminarraum Hotel Sole-Felsen-Bad, **A 3950 Gmünd** Albrechtser Straße Kursleiter/in: Gertrud Weiss, Info/Anmeldung: Gertrud Weiss, Tel.: 0676/41 55 708, E- Mail: energieplatzerl@aon.at

17. Okt. Donnerstag 19:00-21:00 Uhr, **Klangmeditation, A-3580 Horn**, im Kunsthau, Wiener Strasse 2. **Jörg Schuppler; Monochord und Harfe** Info/Anmeldung: Elisabeth Feilhaber, Tel.: 0676/39 255 39, E-Mail: feilhaber@utanet.at. Unkostenbeitrag 8 €.

17. Okt. Donnerstag 19:30 Uhr, **Gesundheitstreff VGK Hotel Goldener Stern, A-3950 Gmünd**, Stadtplatz 15 Vortrag von Dr. med. Karin HRNJAK (Wahlärztin für traditionelle chinesische Medizin und Allgemeinmedizin) **Diagnostik und Behandlungstechniken Ihr Weg zum Wohlfühlgewicht** (Doppelvortrag) Eintritt: 5 € (VGK Mitglieder kostenlos) Info/Anmeldung :web: www.energieplatzerl-gmuend.at

18. Okt. Freitag, 19:00 Uhr Info Abend in Krug; **„Liefе Wave“-Akupunktur Pflaster 3593 Neupölla, Krug 31**, Info/Anmeldung Sissy Fleischner, Tel.: 0664/99 05 500, E- Mail: office@fleischner.at, Web: www.lifewave.com/sissyfleischner

24. Okt. Donnerstag **Hildegard Aderlass, A-3950 Gmünd** Ort: Hotel Sole Felsenbad, oranger Gebäudeblock, Anmeldung unbedingt erforderlich: Gertrud Weiss, Tel.: 0676/41 55 708, E-Mail: energieplatzerl@aon.at; Web: www.energieplatzerl-gmuend.at

- 25.Okt. Freitag 19:30- 22:00 Uhr **Fest der Begegnung, A-3580 Horn**, im Kunsthau, Wiener Strasse 2, Info: Elisabeth Feilhaber, Tel.: 0676/39 255 39, E-Mail: feilhaber@utanet.at ; Preis: 5€ für den Eröffnungsabend, Benefizprojekt Haus der Hoffnung in Rumänien

26. Okt. Samstag 09:00- 24:00 Uhr **Fest der Begegnung, A-3580 Horn**, im Kunsthau, Wiener Strasse 2, Info: Elisabeth Feilhaber, Tel.: 0676/39 255 39, E-Mail: feilhaber@utanet.at, Preis: 5€ pro Veranstaltung für Benefizprojekt Haus der Hoffnung in Rumänien

27. Okt. Sonntag 09:00- 18:00 Uhr **Fest der Begegnung, A-3580 Horn**, im Kunsthau, Wiener Strasse 2, Info: Elisabeth Feilhaber, Tel.: 0676/39 255 39, E-Mail: feilhaber@utanet.at, Preis: 5€ pro Veranstaltung für Benefizprojekt Haus der Hoffnung in Rumänien

31. Okt. Donnerstag 19:00Uhr, **WIR gemeinsam, Redekreis & Austausch, A-3580 Horn**, Kunsthau, Wiener Strasse 2. Info: Norbert & Elisabeth Feilhaber, Tel.: 0676/39 255 39, E-Mail: feilhaber@utanet.at. Unkostenbeitrag 5 €.

November

6. Nov. Mittwoch 19:19 Uhr **“Aroma Workshop” – Gut gerüstet für die Winterzeit**
Kursleiterin: Gertrud Weiss, **A-3950 Gmünd**, Greißgasse 7, Info/Anm. Gertrud Weiss,
T.:0676/4155708, E-Mail: energieplatzerl@aon.at, Web: www.energieplatzerl-gmuend.at
08. Nov. Freitag, 19:00 Uhr, Info Abend in **Krems**: **„Liefе Wave“-Akupunktur Pflaster**
Info/Anmeldung: Sissy Fleischner, Tel.:0664/99 05 500,
E- Mail: office@fleischner.at, Web: www.lifewave.com/sissyfleischner
14. Nov. Donnerstag 19:30 Uhr, **Säure-Basen-Stammtisch, A-3950 Gmünd**, Stadtplatz 52,
Gesundheits- und Seminarzentrum, Kursleitung: Elfriede Kainz und Gertrud Weiss,
Kosten: freie Spende, Info/Anmeldung: Gertrud Weiss Tel.: 0676/41 55 708,
E-Mail: energieplatzerl@aon.at, Web: www.energieplatzerl-gmuend.at
15. Nov. Freitag, 19:00 Uhr, Info Abend in **Horn**: **„Liefе Wave“-Akupunktur Pflaster**
Info/Anmeldung Sissy Fleischner, Tel.:0664/99 05 500,
E- Mail: office@fleischner.at, Web: www.lifewave.com/sissyfleischner
16. Nov. Samstag, 14:00-17:00 Uhr, **Heiltag** in Krems. 19:00 Uhr, Vortrag/Anwendung:
Endecken Sie „Die Quantum4 Harmonie“, Info/Anmeldung, Norbert Feilhaber, Tel.:
0676/39 255 39, E-Mail: feilhaber@utanet.at, Web: www.Naturheilpraxis-Norbert.at
17. Nov. Sonntag, 09:00- 18.00 Uhr: **„Leben mit Kindern“-** Intensivseminar für Eltern und
Pädagogen., **Ort: vorauss. A-3593 Neupölla**, Info/Anmeldung: Sissy Fleischner,
Tel.:0664/99 05 500, E- Mail: office@fleischner.at, Web: www.fleischner.at
21. Nov. Donnerstag 19:00-21:00 Uhr, **Klangmeditation, A-3580 Horn**, im Kunsthauѕ,
Wiener Strasse 2, **Norbert Feilhaber: Gongbad & Rumi**, Info/Anm: Elisabeth
Feilhaber, Tel.: 0676/39 255 39, E-Mail: feilhaber@utanet.at. Unkostenbeitrag: 8 €.
28. Nov. Donnerstag 19:00 Uhr, **WIR gemeinsam**, für Frieden, Freiheit & Bewusstsein,
Redekreis u. Austausch, **3580 Horn**, Kunsthauѕ, Wiener Strasse 2, Info/Anm.: Norbert
& Sissy Feilhaber, T.: 0676/39 255 39, Mail: feilhaber@utanet.at, Unkostenbeitrag 5 €

Dezember

4. Dez. Mittwoch 19:19 Uhr **“Aroma Workshop” – Ätherische Öle für jeden Tag –**
sinnvolle Geschenksideen, A-3950 Gmünd, Greißgasse 7, Kursleiterin: Gertrud Weiss,
Info/Anmeldung: Gertrud Weiss, Tel.: 0676/41 55 708,
E-Mail: energieplatzerl@aon.at, www.energieplatzerl-gmuend.at
12. Dez. Donnerstag 19:00-21:00 Uhr, **Klangmeditation, A-3580 Horn**, im Kunsthauѕ,
Wiener Str.2, **Yela Brodesser & Daniel Giordani: Weltenmusik & Tanz**, Info /Anm.:
Sissy Feilhaber, T.: 0676/39 255 39, Mail: feilhaber@utanet.at, Unkostenbeitrag 8 €
14. Dez. Samstag, 14:00-17:00 Uhr, **Heiltag** in Wien. 19:00 Uhr, Vortrag/Anwendung:
Endecken Sie „Die Quantum4 Harmonie“, Info/Anmeldung, Norbert Feilhaber, Tel.:
0676/39 255 39, E-Mail: feilhaber@utanet.at, Web: www.Naturheilpraxis-Norbert.at
18. Dez. 2013 Mittwoch **Hildegard Aderlass, A-3950 Gmünd**, Ort: Hotel Sole Felsenbad,
oranger Gebäudeblock, Anmeldung unbedingt erforderlich: Gertrud Weiss, Tel.:
0676/41 55 708, Mail: energieplatzerl@aon.at, Web: www.energieplatzerl-gmuend.at



REDEKREIS & AUSTAUSCH
FÜR FRIEDEN, FREIHEIT & BEWUSSTSEIN

Wann: Do. 31. Okt. und Do. 28. Nov. 2013 (letzter Donnerstag im Monat)

Wo: Kunsthaus Horn, A-3580 Horn, Wiener Strasse 2, Buchstadtsaal

Beginn: 19 Uhr

Unkostenbeitrag: 4 Euro

Info: Norbert & Sissy Feilhaber

Tel: 0676/ 39 255 39, E- Mail: feilhaber@utanet.at

Inhalt: Redestabunden, persönliche Reflexion, Austausch, Information

Themen: Umwelt, Ernährung, Neue Energien, Talente- Tauschkreis,
neues Denken, Bewusstseinsbildung,

Austausch: Bücher, CD, DVD

Naturheilpraxis

Wald4tel/NÖ, A-3754, Trabenreith 22
+43(0)676/39 255 39, feilhaber@utanet.at



Norbert Feilhaber

Energetische Einzel / Gruppenarbeit

Geistige Heilarbeit / Reiki

Kinesiologische Methoden

Quantum4 Harmonie (Q4H)

Individuelles Übungs-Programm

Ausbildung, Meditation, Vorträge

Anwendung in allen Lebensbereichen wie:

Beziehungen, Familie, Arbeit, Schule, Finanzen, Sport

www.Naturheilpraxis-Norbert.at



Harmonie



Mein Extra-Markt
Nah & Frisch
Rudolf Zotter, Irnfritz

Bahnstraße 5
3754 Irnfritz
02986/6226
office@kaufhaus-zotter.at
www.kaufhaus-zotter.at

Weisheit

Kräht der Hahn
hoch auf dem
Mist, dann ändert
sich das Wetter,
oder
es
bleibt
wie's
ist



EINSCHALTPREISE

Alle Beträge für Werbeeinschaltungen über welche wir die Druckkosten wie Liefer- und Verteilerkosten finanzieren sind Fixbeträge (Bruttobeträge), welche keine Mehrwertsteuer, keine Werbesteuer enthalten, da wir als Non- Profit Zeitung unter den gesetzlich festgelegten Umsätzen liegen (Bagatellgrenze).

Abmessungen der Werbeeinschaltung:

1 Seite, 14,8 x 21 + 2mm Schneiderand rundum = 15,2 x 21,4cm, als **pdf**, 130 Euro,

½ Seite, 13,2 x 9cm, als **jpg**, 65 Euro,

¼ Seite quer 13,2 x 4,5cm oder Hochformat 6,5 x 9cm, als **jpg**, 45 Euro.

Druckunterlagen übersendet uns bitte druckfertig im angegebenen **Datenformat und Abmessung**, per E-Mail. Rechnung wir per E-Mail zugesandt.

Veranstaltungskalender: Um 3 Euro pro Veranstaltung hast du die Möglichkeit deine Veranstaltungen als Wortanzeige (Fließtext) im Veranstaltungskalender kund zu tun. Druckunterlagen übersendet uns bitte druckfertig im Datenformat **doc**, **txt** oder **pdf**.

Artikel: 1,5 Seiten (etwa 2200 Zeichen mit Leerzeichen pro Seite) gut durchdachte Pressearbeit auch mit Foto möglich, in Form von neutralen Artikel, **keine** Werbung, www-Adresse ist nicht nur **kostenlos** in der Sunnseitn möglich, es ist auch informativ zum Wohle Aller und öffentlichkeitswirksam. Jede weitere Seite (keine Werbung) 30 Euro. Druckunterlagen übersendet uns bitte druckfertig im Datenformat **doc**, **txt** oder **pdf** per Mail.

Die Sunnseitn (Non Profit Zeitung) liegt in Geschäften, Vereinen, Gemeinden, Praxen usw. kostenlos auf, sowie ist Online zu lesen unter <http://www.Sunnseitn.info>

Gestaltung durch Sunnseitn:

Entsprechend euren Angaben gestalten wir auch gerne Druckunterlagen, Grafiken und Artikel für die Einschaltung. Ab 50% vom Einschaltpreis oder nach Angebot.

Hilfe, auf die es ankommt, kommt an!

Das „Haus der Hoffnung“ in Sambateni- Arad- Rumänien

... ein Zufluchtsort für verlassene Kinder ...

- wo sie neue Hoffnung und einen neuen Start im Leben erhalten.
- wo sie geliebt und angenommen sind.
- wo sie gut versorgt werden.
- wo sie eine neue Chance auf ein zu Hause voll Wärme, Geborgenheit und Liebe bekommen.
- wo sie Gott kennen lernen können als ihren himmlischen Vater



Das Haus der Hoffnung

Dorin und Marion Moldovan aus Ebensee (Österreich) haben sich nach einer längeren Zeit des Gebets und Überlegens entschlossen, verlassene Kinder auf dem Weg in eine liebevolle Familie zu helfen.

So entstand in Sambateni-Arad in den Jahren 2003/04 ein Kinderheim, wo verlassene Kinder einen Zufluchtsort finden, Liebe und Zuwendung, aber auch Erziehung erfahren, und wo sie auf Adoptiveltern vorbereitet werden.

2007 wurden noch andere Projekte am Missionsgelände ins Leben gerufen:

- Ein Mutter-Kind-Zentrum, wo Mütter mit ihren Kindern in ihrer Not Zuflucht finden.
- Ein Sportraum für unsere Kleinen und für die Jugend aus dem Dorf.
- Auch der Sportplatz ist ein Treffpunkt für die Jugend und ein Ort, an dem unsere Kinder im Haus Fairness lernen und sich austoben können...

Volksbank Vöcklabruck–Gmunden,

EBEN-EZER Moldovan „Haus der Hoffnung“

IBAN: AT75 4283 0253 2117 0000 BIC: VBOEATWWVOE

Familie Moldovan, sat. Sambateni 309, com. Paulis, jud. Arad, Rumänien:

Tel: 0040-257-216-101

E-Mail: mdcasasperanta@yahoo.com, Web: www.hausderhoffnung.org

