

Nr. 19 Mai - August 2018

Sunnseitn

VEREIN FÜR
GESUNDHEIT UND BEWUSSTSEIN



Kostenlos Non Profit Vereinszeitung



Öffne deine Herzenstür... und lerne zu fühlen | Meditation
Lu Jong - tibetisches Heiljoga | Marie auf ihrem Weg
Lachen fürs Glück, Humor fürs Herz! | Neu Sehen lernen





Sunnseitn

Herausgeber, Verein Sunnseitn, ZVR-Zahl 1 596935419. Redaktion, Layout und verantwortlich für den Inhalt der Zeitschrift, Vertreter & Gründer: Elisabeth S. & Norbert Feilhaber, Trabendreith 22, A-3754, +43(0)2986/64649. Mail: feilhaber@utanet.at. Web: <http://www.Sunnseitn.info>

Die Sunnseitn ist kostenlos erhältlich. Alle Rechte vorbehalten. 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 übernommen. Das Copyright von Norbert & Elisabeth Feilhaber oder von Fremdautoren selbst erstellte Objekte bleiben allein beim jeweiligen Autor, auch wenn dieser das Objekt zur Veröffentlichung freigegeben hat.

Inhalt

- Mag. Pharm. Isabella Kitzler
- 04 Gmünder Kräutertag
- MMag. Veronica Maria Schwed
- 06 Gedanken einer Großmutter
- Mag. Sylvia Chochola
- 08 Feng Shui für den Hausgebrauch / Negative Symbole
- Kamira Eveline Berger
- 09 Magier- Mayajahr: Das Spiel von Licht & Schatten
- Margot Wendt
- 10 Öffne deine Herzenstür... und lerne zu fühlen
- Heinz Spindler
- 12 Verein „Weg des Friedens“
- Mag. Sonja Girsch
- 13 Die Kunst des Vergebens
- Sabine Fischer
- 14 Lu Jong- tibetisches Heiljoga
- Gertraude Dittenbach
- 15 Schöpferlehre nach Grigori Grabovoi®
- Silvia Edinger
- 16 Dankbare Bestandsaufnahme
- Mag. Daniel Giordani und Mag. Yela Brodesser
- 17 Rhytmotop Trommel- und Rhythmusausbildung
- Heike Tuijder & Alexs Wessely
- 18 Marie auf ihrem Weg
- Ingrun Fürnsinn
- 20 Ayurveda Praktiker Beruf und Ausbildung
- Subhash
- 22 Neu Sehen lernen - Wahrnehmen heißt Grenzen ziehen
- Mag. Erich Schacherl
- 23 In der Stimme liegen deine Potentiale
- Josef W. Fattinger
- 25 Was zeigt dir die Seele an deiner Wirbelsäule
- Daniela Braunsteiner
- 26 Leichter lernen mit Kinesiologie und Ätherischen Ölen
- Monika und Edmund Gaugusch
- 28 Kraftort Seebach
- Regina Hruska
- 30 Schamanische Reisen
- Andrea Klotz & Henri Brugat Lachzentrum Pöchlarn
- 31 Lachen fürs Glück, Humor fürs Herz!
- Andrea Wittmann
- 32 Mach mal Pause: Meditation Großzügigkeit
- Dr. med. vet. Nicole Herout
- 34 Vorbeugen ist besser als heilen
- 37 Veranstaltungsprogramm
- Dr. Nicole Herout und DI Michael Schaller
- 44 Unterstützungsprojekte Österreich- Uganda
- W³ Sunnseitn im Web Copyright Foto Top, www.Sunnseitn.info
by Peter Hatzfeld Sundownon-Huey, www.picasaweb.google.com/peterhatzfeld

Von der Redaktion



Sunnseitn

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

Die Sunnseitn ist in Niederösterreich Nord, St. Pölten, Amstetten, Wien 7. Bez. und Linz als Non Profit Zeitung präsent und kostenlos für die Leser erhältlich. Wir unterstützen bei der Ausgabe Mai bis August 2018 das Projekt »Österreich Uganda«, siehe letzte Seite.

Werbung: Die Unkosten der Sunnseitn (Druck und Verteilung) werden über Werbeeinschaltungen, Anzeigen im Veranstaltungskalender wie über die Mitgliedbeiträge... des Vereines gedeckt. Der Arbeits- und Zeitaufwand sowie das Management der Sunnseitn werden ehrenamtlich getätigt.

Berichte: Vereinsmitglieder haben die Möglichkeit, interessante neutrale Beiträge/Artikel, Wissenswertes, Informationen zum Wohle Aller (keine Werbung) auch mit Foto **unentgeltlich** zu veröffentlichen. Die Autoren 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 Sept. bis Dezember ist **Fr. 03. Aug. 2018, Erscheinungsdatum Di. 04. Sept. 2018.**

Die Sunnseitn erscheint kostenlos für den Leser in einer Auflage von derzeit 1800 Stück, drei mal im Jahr. Ihr könnt die Sunnseitn **digital lesen** und euch als Vereinsmitglied anmelden unter <http://www.Sunnseitn.info> (Anmeldeformular)

Glück, Gesundheit und Frieden wünschen wir unseren LeserInnen

Elisabeth Susanna & Norbert O. M. Feilhaber

Elisabeth Susanna: Klangschalenpraktikerin,

... den Weg des Herzens folgend ...

Norbert: Medizinisches Qi Gong, Spiritueller Heiler-Lehrer, Buchautor,

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

Gmünder Kräutertag

Gegen jedes Leiden ist ein Kraut gewachsen (S. Kneipp)



Die Pflanzenwelt bietet eine Vielfalt an schier unerschöpflichem Farben – und Formenreichtum. Doch nicht genug damit. Sie liefert uns lebensnotwendigen Sauerstoff, ernährt uns und erhält uns gesund. Zwischen der Pflanzenwelt und uns Menschen besteht also eine sehr enge Beziehung, die bereits so alt ist, wie die Menschheit selbst.

Jahrtausende vor unserer Zeitrechnung hat der Mensch die heilenden Kräfte der Pflanzen erkannt und es verstanden, sie für seine Gesundheit zu nutzen. Das erste Heilkräuterbuch soll schon 3000 vor Christus in China verfasst worden sein. Auch im alten Ägypten, dem persischen Reich, in der griechischen und römischen Antike wurde das Wissen über unzählige pflanzliche Arzneimittel niedergeschrieben. Lange bevor Schulmedizin und Naturwissenschaft ihre dominierende Rolle entwickelten, waren es die Schamanen, Medizinmänner, Kräuterhexen und in der Folge die mittelalterlichen Klöster, die sich mit ihrem umfangreichen Wissen um Heilung und Wohlergehen bemühten.

Pflanzen als Medizin, Medizin aus Pflanzen – brauchen wir das heute noch, wo doch in unserem Gesundheitssystem unzählige, chemisch oder gentechnologisch hergestellte, spezifisch wirkende Arzneistoffe zur Verfügung stehen? Unser Wissen über Pflanzen als Arzneimittel, über ihre Wirkungen, Wirkstoffe und Anwendungsmöglichkeiten hat in den letzten Jahrzehnten enorm zugenommen. Ausgehend von Erfahrungen, die über viele Jahrhunderte gesammelt wurden, hat die moderne Wissenschaft wesentlich dazu beigetragen, dass pflanzliche Arzneimittel als „Phytopharmaka“ (von einfachen Teedrogen bis zu klinisch geprüften, modernsten Spezialpräparaten) heute in hoher, gleichbleibender Qualität verfügbar sind. So haben sie durchaus ihre Berechtigung neben anderen, etwa synthetischen Arzneistoffen.

Auch wenn ein Heilmittel aus pflanzlichen Substanzen hergestellt wird, empfiehlt sich dennoch Vorsicht im Umgang damit. Die natürliche Herkunft darf nicht darüber hinweg

täuschen, dass es sich um Medizin handelt. Die Wirkstoffe sind äußerst intensiv und nur in bestimmten Dosen verträglich. Die Behandlung mit Heilkräutern ist deshalb nicht als „Alternativmethode“ zu betrachten, sondern soll dort, wo ihr Einsatz vernünftig („rational“) und gerechtfertigt ist, in der Hand des Arztes oder bei der Selbstmedikation unter Beratung durch den Apotheker, zur Anwendung kommen.

Die Pflanzenmedizin erlebt seit einiger Zeit eine Renaissance; immer mehr Menschen wollen wieder die Vorteile dieser als „natürlich“ und „sanft“ empfundenen Therapie-Richtung nützen. Der 1. Gmünder Kräutertag will qualifizierte Informationen zum Thema geben, mit so manchem Missverständnis und Vorurteil aufräumen und vor allem klar machen, dass Heilkräuter und Arzneimittel aus pflanzlichen Wirkstoffen genauso sorgfältig und mit Sachverstand angewendet werden müssen wie jene, die synthetisch hergestellt werden.

1. GMÜNDER KRÄUTERTAG am Donnerstag, 3. Mai 2018

Erleben Sie an diesem Tag die Welt der Kräuter in Gmünd. Die Gmünder Gärtner und Floristen widmen sich an diesem Tag dem Thema Kräuter in seiner ganzen Vielfalt. Erfahren Sie in den Gmünder-Apotheken, wie Sie mit Kräuteranwendungen Ihr Wohlbefinden steigern und Ihre Gesundheit unterstützen können, und genießen Sie die schmackhaften Kräuterrezepte der Gmünder Wirte. Am Nachmittag geht es weiter mit Kräutermärchen und Kräutergeschichten für Groß und Klein und ab 19,30h werde ich im Vortrag auf das Thema **„PFLANZLICHE HEILMITTEL – GEHEIMWAFFEN AUS DER NATUR“** näher eingehen (siehe auch Veranstaltungskalender).

Autorin: Mag. pharm. Isabella Kitzler (Apotheke Gmünd Neustadt)



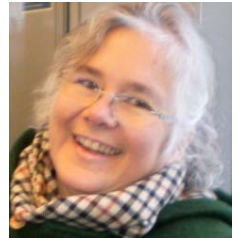
Gemeinnütziger Verein für
ganzheitliche Gesundheits-
förderung und Kinesiologie
GMÜND

Obfrau Elfriede Kainz Tel.
02852/83687

Schriftführerin Gertrud Weiss
Tel. 0676/ 41 55 708

Gedanken einer Großmutter: Ein neuer Blick auf ein Kind

Diesmal melde ich mich nach einer wunderbaren Ausbildungswoche für mein Studium der Waldorfpädagogik: Ab Ostermontag beschäftigte sich mein Kurs intensiv damit, einen neuen, sehr achtsamen Blick auf Kinder zu schulen. Dazu ist es gut zu wissen, dass in Waldorfschulen jeden Donnerstag am Nachmittag eine Konferenz stattfindet. Dabei geht es nicht nur um Organisatorisches, sondern vielmehr darum, gemeinsam als Kollegium über Kinder so aufmerksam und liebevoll zu sprechen, dass diese Zuwendung reale Auswirkungen im Alltag für die Entwicklung des Kindes zeigt.



Genau das erlebten wir an den Vormittagen dieser Studienwoche. Kompetent vorbereitet und gut informiert konnte ich mich auf diese wirklich beeindruckende Begegnung mit einzelnen Kindern einlassen, die freilich nicht körperlich anwesend waren, doch von ihren KlassenlehrerInnen umfassend vorgestellt wurden. Hier geht es nicht darum, zu bewerten, zu be- oder verurteilen, sondern um einen ehrlich suchenden, sehr respektvollen Blick mit der Frage: „Was brauchst du, um dich optimal entfalten zu können, um zu werden, wer du bist?“

Ich meine, es ist ein kostbares Geschenk für Kinder, die so betrachtet werden! Was für ein Unterschied zu üblichen Konferenzen, wo doch sehr oft die Fehlverhalten oder Mängel einzelner Kinder in den Mittelpunkt gestellt werden. Welch wertschätzende Haltung, sich wirklich ein bis zwei Stunden Zeit für ein Schulkind zu nehmen, ihm Raum zu geben und nach seinen Entwicklungsmöglichkeiten zu suchen!



An den Nachmittagen dieser Studienwoche formten wir Studierende aus Ton Köpfe. Ich hatte mir Fotos einer meiner Enkelsöhne mitgenommen und versuchte in vielen Stunden, sein Gesicht nachzubilden. – Auch diese Tätigkeit ist eine tiefe Möglichkeit, sich einem Menschen liebevoll zu nähern! Wie genau musste ich doch schauen! Wie sehr mich auf sein Wesen einlassen, um es in seinem Gesicht zu spiegeln! Es ist unglaublich, welch große Veränderung ein wenig Ton ausmacht! Ein bisschen dort aufgetragen, etwas da weggenommen und der Ausdruck ist ein völlig anderer. Es war eine

wunderbare Schulung meiner Geduld (Für ein Auge brauchte ich acht Anläufe...) und eine Ermutigung, innerlich loszulassen und zu vertrauen. – Ist das nicht auch das, was wir in der realen Begegnung mit Kindern über alle Maßen brauchen?

Geduld, Loslassen und Vertrauen. Und natürlich Liebe!

Diese Woche hat mich jedenfalls ermutigt, gerade die Kinder, die ich unterrichten darf, sehr bewusst wahrzunehmen, immer wieder neu zu schauen, wer sie eigentlich sind.

Und noch eine Frage stellt sich mir: Was darf ich an jedem einzelnen von ihnen Neues lernen? Kinder können uns, wenn wir es zulassen, wunderbare Lehrmeister sein, jedes auf seine Art.

Ich bin sehr dankbar dafür, wieder angestoßen zu werden, jeden Menschen als kostbar, einzigartig und wertvoll zu sehen! Ganz bewusst möchte ich „die Mängelbrille“ ablegen, die mir ständig zeigt, wo scheinbare Fehler und vermeintliches Ungenügen herrschen. Der liebevolle, wertschätzende Blick ist es, der weiterführt und wachsen lässt!

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen einen herrlich-lebendigen Frühling und Frühsommer mit einem wachen Blick auf das viele Schöne, das sich uns schenkt.

Herzlichst, Veronica Maria Schwed (veronica.schwed@gmx.at, Tel: 0676 / 43 06 856)



Advertisement for Holler Vulkan products. The central image shows four bottles of 'HOLLER VULKAN' juice. Above the bottles, text reads 'bekämpfte freie radikale' and 'fruchtig lecker'. To the left, a green box contains the text 'BESTE RAUT-AUT', 'CHRISTANDL RAUT-AUT ORT', 'HOLLER WUNDERWELT', and 'Beste Qualität von der Blüte bis ins Glas!'. Below this, a list of benefits is provided: '✓ Direkt vom Bauern', '✓ Aus eigenem Anbau', '✓ Handverlesene Früchte', '✓ Rasche, schonende Verarbeitung', and '✓ Sicherer Versand'. To the right, a man is shown standing in a field, holding a basket of dark berries.

Glückscode: CXAMXCH -10% Preisvorteil !!

Glückscode gültig für die ersten beiden Online-Bestellungen

<http://www.hollervulkan.at> | +43 (0) 664 / 99 1 99 99





Feng Shui für den Hausgebrauch

Negative Symbole und Objekte

Alle Lebewesen haben ein unterbewusstes Programm, das dem Leben dient und sich auch instinktiv so verhält. Daher ist es für unser Energiesystem nicht förderlich, sich ständig mit Objekten und Symbolen zu umgeben, die negative oder Todesenergien ausstrahlen.

Deshalb sollte man zum Beispiel keine Bilder von verstorbenen Verwandten in Wohnräumen aufhängen. Man kann sie in eine Lade geben und sich hin und wieder bewusst damit beschäftigen, aber nicht ständig damit konfrontieren, denn auch wenn man sie nicht mehr wahrnimmt unser Energiefeld tut es trotzdem. Genauso verhält es sich mit Trockenblumen, denn auch das waren mal lebendige Lebewesen. Kunstblumen, wie auch immer man dazu stehen mag, sind ok, weil sie ja niemals gelebt haben und daher nicht diese Art von Energie ausstrahlen.

Ausgestopfte Tiere, Tierköpfe oder Geweihe strahlen diese Energie ebenfalls sehr stark aus und sind unbedingt zu vermeiden. Statuen, denen Körperteile fehlen, sogenannte Torsi, gehören zu den negativen Objekten, da sie zerstückelte Körper darstellen.

Waffen und gefährliche Werkzeuge als Zierde an den Wänden strahlen ebenso negative Energien aus wie Bilder oder Fotografien mit bedrohlichen Themen, Totenköpfe etc.

Eines der negativsten Symbole ist das Christuskreuz. Es ist ein Folterwerkzeug und Todesinstrument, das früher fast überall auf der Welt verwendet wurde, besonders wenn der Leichnam noch dabei ist. Sollte man aus religiösen Gründen ein Kreuz aufhängen wollen, sollte dies ein gleichschenkeliges sein, das hat positive und stärkende Energie.

Man kann übrigens die für unser Energiesystem schwächende Wirkung dieser Objekte überprüfen, wenn man diese betrachtet und dabei den Muskeltest macht. Je mehr sie sich mit positiven Dingen umgeben und negative vermeiden, umso wohler und vitaler werden sie sich fühlen.

Autorin: Mag. Sylvia Chochola, Tel: 0664/52 39 951

Braco 2018 Sonntag, 27. Mai von 8 bis 14 Uhr in Wien/Vösendorf. Weitere Termine siehe im Internet.



Braco wird am 16. Nov. 2012 mit dem Peace Pole Symbol ausgezeichnet. Das Peace Pole Symbol wird von der World Peace Prayers Society vergeben und gilt als das bedeutendste internationale Friedenssymbol, gleichstehend für den Satz **»Möge Frieden auf dieser Erde herrschen«**. Empfängern dieses Symbols sind unter anderen Mutter Theresa, der Dalai Lama und Papst Johannes Paul II.



MAGIER-Mayajahr:

Das Spiel von LICHT & SCHATTEN

Ja, liebe FreundInnen, wir befinden uns bis 24.7.2018 nach wie vor in dem ziemlich anstrengenden WEISSEN MAGIER-JAHR! Niemand, nicht einmal ich hat geahnt, dass so viel tägliche Lichtarbeit notwendig sein wird um uns emotional halbwegs im Lot zu halten. Aber ich verspreche Euch, sie ist nicht nur irgendeine Fleißaufgabe, sondern legt den absolut essentiellen Grundstein für die Zeit von 26.7.2019-24.7.2032!!!! Diese 13 MAGIER-JAHRE werden nämlich unseren Planeten samt allen BewohnerInnen, dem endgültigen Sieg der MENSCHLICHKEIT & HERZENSMAGIE gewidmet sein. Wir stecken also mitten in der Vorarbeit!

Alle die sich jetzt unermüdlich darum bemühen sich mental positiv auszurichten, integer zu handeln, sich nicht in die öffentliche Spirale von Hass und Kampf, Rohheit und Kälte ziehen zu lassen merken vielleicht, wie schwer dieser Stand derzeit ist. Oft wird man als TräumerIn oder EigenbrötlerIn belächelt bzw. gerade deshalb noch mehr angefeindet. Dieser Eindruck täuscht Euch keinesfalls. Es herrscht gerade Krieg zwischen LICHT- & SCHATTENWELTEN! Und die LichtarbeiterInnen, die Herzens-Menschen sind das feindliche Ziel. Das kann sich zwischen Partnern, in der Familie, am Arbeitsplatz, in Freundeskreisen, eigentlich überall zeigen. Nicht dass sich diese „AngreiferInnen“ dabei wohlfühlen, können sie leider nicht anders als ihre Aggressionen, Ängste, etc. auf andere zu projizieren weil sie lediglich als Wirt für Dunkelheit benützt werden.

Wie daher vorgehen? Seid extrem wachsam, lasst Euch zu nichts verführen was nicht Eurer Ethik entspricht, bleibt in Eurem Herzen verankert, sucht den Kontakt zu anderen „Lichten“ um Euch gegenseitig zu stärken, spricht nur Positives, distanziert Euch von Medien, entzieht Euch schrittweise belastenden Situationen bzw. schafft regelmäßig heilsamen Ausgleich für Euch, wodurch Ihr Eure Frequenz wieder anhebt.

Ihr erarbeitet Euch aktuell einen wertvollen Vorsprung für die 13 MAGIER-Jahre, werdet immer mehr immun gegen die Angriffe der Dunkelheit, auch nachts, Ihr werdet unaufhaltsam kraftvoller und lichter, denn Ihr verwandelt Euch gerade in die GÖTTINNEN & GÖTTERN, die Ihr schon immer gewesen seid!

So wünsche ich Euch aus tiefstem Herzen LICHTSTÄRKE & HERZENSMAGIE!

Eure KAMIRA

Öffne deine Herzenstür

...und lerne zu fühlen

Fühlen und mit dem Herzen verstehen, den Verstand beiseite treten lassen und erkennen, dass du in dir eine Sehnsucht trägst, die Herzensliebe zu fühlen. Öffne deine Herzenstür befindet sich auf den Spuren der Liebe, in jedem Menschen das Licht zu sehen, ihn dabei zu unterstützen aus der Dunkelheit heraus zu treten, auch wenn es noch so ausweglos erscheint und ihm das Gefühl geben...

„DU BIST NICHT ALLEIN!“

Durch so manch einschneidende Lebensereignisse, begann ich meinen Weg immer mehr dem lichtvollen zuzuwenden, ich bat um Hilfe und bin immer noch am Weg, meine Zweifel und Ängste beiseite zu legen und bemühe mich immer wieder ins Vertrauen zu gehen. Vertrauen, das für uns gesorgt ist, das wir behütet und geschützt werden und das wir jenseits allem was ist, unsere Begleiter haben, die uns helfen und unterstützen wollen, immer mehr zu uns selbst zurück zu finden.

Nachdem ich seit vielen Jahren gechannelte Botschaften liebe, also Botschaften der geistigen Welt zugewandt bin, habe ich selbst meine Kanäle dahingehend geöffnet und durch zusätzliche Seminare meine Kanäle und Channelfähigkeiten erhöht.

Dies tue ich in der tiefen Verbundenheit und tiefer Absicht, indem ich die Botschaften, an die Menschen weitergebe, in Form von Meditationen, im Ablauf einer Behandlungen, für jeden persönlich gesprochen auf CD, oder für mich selbst unterstützend und wegweisend.

Damit du dir etwas darunter vorstellen kannst, möchte ich mich mit einem Lichtwesen verbinden und dies hier für euch niederschreiben:

Ich bin Seraphis Bey, ich bin ein lichtiges Wesen und möchte dir heute das Gefühl zurück bringen, was es heißt mit dem Herzen zu fühlen, mit dem Herzen zu verstehen und mit dem Herzen verbunden zu sein mit allem was ist. Du bist ein Mensch der sich noch in der Dualität befindet und oft äußere Einflüsse über sich ergehen lässt. Du bist dadurch von anderen in deren Energien hineingezogen worden, hast das Gefühl keiner versteht dich, oder es ist sowieso alles egal und ich lasse alles einfach so wie es ist. Doch erkenne, dass du die Macht hast alles zum Guten zu wenden. Zu fühlen wie es deinem gegenüber geht und zu fühlen wie es dir dabei geht.

Gehe nun in das Zentrum deines Herzens mache es weit, öffne es und lasse zu das mein Licht dich berührt. Lege die Hände auf dein Herz und spüre wie es in dir beginnt wärmer zu werden. Wie aus dem Mittelpunkt deines Herzens eine goldene Sonne entsteht die



sich mit ihren Strahlen mit jedem Atemzug den du tust ausdehnt. Lasse zu das du dich selbst heilst, das du dich selbst öffnest für die Liebe und das Licht in dir. Lasse zu das du dich selbst wieder spüren beginnst. Wie das göttliche Fühlen in dir beginnt sich auszudehnen in der Absicht der Liebe, der Vergebung und des gegenseitigen Verständnisses. Fühle, dass jeder danach strebt geliebt zu werden und das jeder der sich dagegen wehrt in seinem Herzen Verletzungen trägt. Spüre das du mehr bist als nur Mensch und das du mit deinem Herzen so viel mehr verstehen kannst als es dein Verstand erlaubt. Fühle wie ich mit meinem Licht bei dir bin, dich umhülle, dich umarme, dich ummantle, so dass du die Wärme, die Nähe und die bedingungslose Liebe fühlen kannst die von mir ausgeht und die ich heute zu dir bringe. Bedingungslose Liebe, menschliche Liebe, Liebe die endlos ist, Liebe die versteht, Liebe die verzeiht, Liebe die alles heilt. Lasse zu das dein Herz geöffnet bleibt und lasse zu das du wieder fühlst wie es ist ein liebevolles Wesen hier auf Erden zu sein, das im anderen auch ein Stück von sich selbst erkennt und versteht das unser Herz unser Kompass ist. Du wirst geliebt, fühle dies in deinem Herzen!



An´a´nasha

Ich liebe also die Verbindung zu den lichten Wesen und ich liebe die Engel. Ein jeder trägt Licht in sich, rein und klar und kann uns so viel mehr geben als wir zu denken vermögen.

Öffnen wir uns für ihre Energie, für ihr Licht und lassen wir uns von ihnen unser Herz erhellen. Tragen wir dieses Licht das in uns dadurch entsteht nach außen und bringen es überall dorthin, wo es so dringend benötigt wird!

Öffne deine Herzenstür

sagt Danke fürs hineinlesen, hineinspüren und die Verbundenheit!

Selina-Energie by Margot Wendt

Hier kannst du dich für deine persönliche Botschaft bei mir melden:

0676/9087451 - margot.hartmann@gmx.at

Zu finden auf Facebook unter: **Öffne deine Herzenstür**





Verein "Weg des Friedens"

Der "Weg des Friedens" ist der Name eines Friedensprojektes im Waldviertel und grenzüberschreitend in Tschechien! Der "Weg des Friedens" verbindet Gedenk- und Versöhnungsprojekte und Initiativen für Friedenspädagogik, für die Menschenrechte, für soziale Gerechtigkeit, für interreligiösen Dialog sowie für die Bewahrung der Schöpfung und leistet damit einen Beitrag für eine Kultur des Friedens und der Versöhnung.

Die Basis des Projektes bildet die Homepage: www.wegdesfriedens.eu
Das Kernstück der Homepage ist der Link „Wegtafeln“, der den Besucher weiterführt zur „Friedenslandkarte des Waldviertels“, auf der die Wegstationen zu finden sind.

Der „Weg des Friedens“ hat es sich zur Aufgabe gemacht, die vielen Versöhnungs- und Friedensbemühungen, die es im Waldviertel und weltweit gibt noch bekannter zu machen.

Der „Weg des Friedens“ bildet so eine Friedensplattform, die unterschiedliche Friedensaktivitäten durchführt wie z.B. am 26. Mai 2018 unseren Gemeinschaftstag in Bad Traunstein zur Thematik „Erinnerungskultur - Kunst - Spiritualität - Friedenskultur“

Bad Traunstein repräsentiert eine besondere Synergie von Kunst, Spiritualität und Natur.

Am Vormittag gibt es einen Rückblick und Ausblick auf die Aktivitäten vom „Weg des Friedens“. Danach werden uns die beiden Künstler Pius Frank und Christian Gmeiner in Impulsreferaten ihre Zugänge zum Frieden sowie konkrete Kunstwerke vorstellen und näherbringen. Nach dem Mittagessen beginnen wir um 14:00 Uhr mit einer Führung durch das Josef Elter Ausstellungszentrum und die Kirche. Anschließend findet eine Wanderung am „Tauweg“ statt (Dauer ca. 60 bis 90 min) und den Abschluss bildet ein Friedensgebet in der Kirche.

Ein wesentlicher Aspekt unseres Gemeinschaftstages ist das gegenseitige Kennenlernen sowie der Austausch und die Vernetzung.

Termin: Samstag, 26. Mai, 9 - 17 Uhr, Ort: Bildungshaus St. Georg in Bad Traunstein
Anmeldung: **Heinz Spindler**, E-Mail: wegdesfriedens@aon.at oder 0664 / 73 94 50 85

DIE KUNST DES VERGEBENS



In der letzten Ausgabe habe ich über meine persönlichen Erfahrungen bei Joao de Deus berichtet. Heute möchte ich auf einen Themenkreis eingehen, der mir auch in Brasilien immer wieder begegnet ist, dem Verzeihen. Dieses Thema ist an jedem „Casatag“ aktuell. Ein Satz klingt noch nach: „Es kommen viele Menschen hierher, die an Krebs leiden, weil sie ihrer Mutter nicht verzeihen können.“

Es klingt so einfach, das Verzeihen, und doch ist es für viele Menschen das Schwierigste. Es ist zutiefst menschlich, sich als Opfer zu fühlen und im Leid zu baden. Dauert diese Phase jedoch zu lang, hat es Auswirkungen auf unser Leben und unsere Gesundheit. Wir sind nicht frei in unseren Entscheidungen, weil wir mit unserer Vergangenheit hadern. Wenn wir es auch schaffen, uns selbst zu verzeihen – wofür auch immer – haben wir schon sehr viel erreicht. In einem Buch von Dr. Rüdiger Dahlke ist sehr schön beschrieben, dass unsere Zellen sich alle sieben Jahre erneuern und wir mit dem Menschen in der z.B. Kindheit nichts mehr zu tun haben außer unsere Erinnerungen, die wir in einem Rucksack mittragen. Wir schleppen also lieber einen schweren Rucksack durchs Leben, weil er uns vertraut ist, als ihn abzulegen und uns frei zu machen.

Verzeihen zu können ist das größte Geschenk, das ihr euch selbst machen könnt.

Wenn man bei Joao de Deus ist, wird dieser Prozess sehr liebevoll von den göttlichen Wesenheiten begleitet. Das habe ich auch erfahren dürfen und bin dafür sehr dankbar.

Doch auch hier kann man beginnen, das Verzeihen zu lernen, indem man bereit ist dafür. Dies kann z.B. in einer Cranio-Sakralen oder kinesiologischen Sitzung passieren, denn die Gefühle der Wut und Trauer sitzen in den Organen.

Nicht von Ungefähr heißt es: „Was ist Dir über die Leber gelaufen?“, „Da geht mir die Galle über.“, „Das bricht mir das Herz.“..... Wenn man bereit ist, die Gefühle, die beim damaligen Erlebnis ausgelöst wurden, zuzulassen, kann sehr viel in Bewegung kommen.

Mag. Sonja Girsch, Tel. 0699/18 96 76 91



Lu Jong – tibetisches Heiljoga

Unabhängig von unserem Glauben und unserer körperlichen Verfassung kann jeder von Lu Jong profitieren. Es ist eine einfache und sehr effektive Art, sich mit der Kraft, Klarheit und dem Glück unserer wahren Natur zu verbinden. Balance und Heilung durch eine meditative Praxis in Bewegung, die Aufmerksamkeit und Glück

bringen. Es ist eine Zusammenstellung von Yogaübungen in Bewegung aus der alten tibetischen Tradition des tantrischen Buddhismus und dem Bön. Seit mehr als 15 Jahren teilt Tulku Lobsang, ein tibetischer Arzt im Westen sein tiefes Wissen über diese Techniken und integriert sie in den westlichen Lebensstil. Er passt sie an unsere aktuellen Bedürfnisse und Gedanken an. Lu Jong hat die Kraft und Wirksamkeit durch langes erfahrendes Wissen und Weisheit durch eine reine ununterbrochene Übertagung von Lehrer zu Schüler seit über 8000 Jahre. Lu Jong hat zwei Stufen und 38 Bewegungen. Lu Jong 1 hat 4 Übungsgruppen, die jeweils verschieden Schwerpunkte haben.



NUTZEN

Der Zweck von Lu Jong ist es, die Chakren und Kanäle des Körpers, sowohl auf physischer als auch auf subtiler und feinstofflicher Ebene zu öffnen und zu reinigen. Dies ist essentiell für einen gesunden Körper und einen ruhigen, weisen und mitfühlenden Geisteszustand. Es ist eine Praxis, die Körper, Atmung und Geist miteinander in Einklang bringen. Sie fördert ein längeres, glücklicheres und gesünderes Leben. Lu Jong kompensiert das Fehlen der physischen Bewegung in unserer derzeitigen Lebensweise, welche häufige Störungen wie Rückenprobleme, Stress und emotionales Ungleichgewicht verursachen.

BESONDERHEIT

Lu Jong unterscheidet sich von anderen Körperübungen dadurch, dass es ein Joga in Bewegung ist. Dies führt dazu, dass der Praktizierende während des Übens seinen Körper tief wahrnimmt und erlaubt dadurch sich leichter mit dem Körper zu verbinden. Ziel ist nicht die Flexibilität, sondern vor allem die Aktivierung der inneren Prozesse, die Steigerung der inneren Wärme, die Steigerung der physischen und mentalen Stärke und des körperlichen Gewahrsein. Dies macht es zu einer Mediation in Bewegung,

sowie zu einem wesentlichen Werkzeug, die Gesundheit zu verbessern und zu erhalten und körperliche und geistige Heilung zu fördern.

Autorin: Sabine Fischer

Informationen zu Kursterminen oder Einzelstunden unter:

sabine.fischer@aon.at

0699 / 10 69 21 20

www.bodyandmind.co.at

1220 Wien, Leonard-Bernsteinstrasse 4-6/7/41

NÖ, 2061 Obritz 60



Schöpferlehre nach Grigori Grabovoi®

Die Seele erschafft Licht und Informationen.

Der Geist steuert das Bewusstsein.

Das Bewusstsein erlaubt der Seele den Körper zu steuern.

Ich bin Energetikerin und biete Seminare und Workshops „Einführung in die Schöpferlehre nach Grigori Grabovoi®“ an. Die Techniken reichen von Zahlenkombinationen bis hin zu geometrischen Figuren, Licht, Tönen, Farben und wörtlichen Formulierungen. Die Anwendung unterstützt dabei, das Leben bewusst zu gestalten, Energien zu konzentrieren und dadurch Ziele zu erreichen.

Die Welt hängt direkt vom Bewusstsein des Menschen ab. (Grigori Grabovoi®)

Weiters arbeite ich mit Körperkerzen und stelle diese auch selbst her. Feuer besitzt transformatorische Kräfte. Durch die Wärme der Körperkerzen gelangt man zu geistigem, seelischem und körperlichem Wohlbefinden.

Zusätzlich biete ich die Blockadenlösung über die geistig-energetische Wirbelsäulenaufriktung an: Dies ist eine allumfassende Anwendung, die auf vielen Ebenen des menschlichen Seins wirkt und Spannungen löst.

*Gertraude Dittenbach | Maurer Langeg. 136/1/1c, 1230 Wien | Thurnberg/Kamp 1,
A-3544 Idolsberg*

T 0680/20 65 830 | E gertraudedittenbach@gmx.at | www.energetikerin.com



Dankbare Bestandsaufnahme

Dass wir in einer schnelllebigen Zeit unterwegs sind, ist wohl jedem bewusst. Ein Verlust, sei es der eines Menschen, oder eines Besitztums, lässt uns schlagartig innehalten und man gesteht sich ein, dass man es an Wertschätzung hat mangeln lassen. Der Verlust reißt eine Wunde in den Fluss des Alltages und hinterlässt Trauer und Bedauern im Herzen. Plötzlich betrachtet man das Verlorene mit anderen Augen, doch es ist weg- unwiederbringlich

Gerade erst, habe ich solch einen Verlust erlitten und habe mir- fest vorgenommen, öfter inne zu halten im Alltag- Bestandsaufnahme und dankbare Blicke zu senden, auf all das, was mir das Leben geschenkt hat und mit liebevoller Wertschätzung zu bedenken.

Ich möchte die Trauer über Verlorenes in Grenzen halten mit dem Gedanken, es genügend wertgeschätzt und gewürdigt zu haben. Diese Einstellung, mit einem dankbaren Herzen, verankert mich im Sein, gibt mir Bodenhaftung und Vertrauen.

Zu Nachahmung empfohlen... Silvia Edinger 02982/ 30 722



Rhytmotop Trommel- und Rhythmusausbildung mit Mag. Daniel Giordani und Mag. Yela Brodesser



Die Rhytmotop Trommel- und Rhythmusausbildung startet wieder im Oktober 2018. Sie bietet die Möglichkeit sich intensiv mit der westafrikanischen Perkussionsmusik und der rhythmischen Gruppenarbeit auseinanderzusetzen und das eigene Rhythmusgefühl zu schulen.

Der Hauptfokus liegt dabei auf der Vermittlung der Djembemusik.

Zusätzlich erlernen die TeilnehmerInnen in den unterschiedlichen Seminaren vielfältige Techniken und Methoden der Rhythmspädagogik, wie Bodypercussion, Bewegungs- und Koordinationsübungen, Rhythmusspiele, Afrotanz, Lieder und Spieltechniken auf diversen Perkussionsinstrumenten aus aller Welt.

Die TeilnehmerInnen werden durch die Ausbildung befähigt, Trommelensembles selbständig zu leiten und Rhythmusübungen in der Gruppenarbeit weiterzugeben, sei es in Schulen, Vereinen, Jugendzentren und Trommelgruppen aller Art.

Kostenlose Orientierungsseminare und Aufnahmegespräche:

1. Termin am Sonntag, 17. Juni 2018 (14-17 Uhr) oder
2. Termin am Samstag: 08. September (14-17 Uhr)

Info:

Rhytmotop – Institut für Rhythmuserfahrung
Mag. Daniel Giordani und Mag. Yela Brodesser
Wolfshoferamt 74

A-3572 St. Leonhard am Hornerwald

Mail: info@rhytmotop.at

Tele: 02987/24316

Web: www.rhytmotop.at



Marie auf ihrem Weg

Bitte Atmen Marie!



Marie liebt ihren Atem.
Ihr Atem bringt ihre Gedanken zur Ruhe und lässt sie ihren Körper wieder so ganz spüren.

Schon morgens gönnt sie sich ein paar tiefe, bewusste Atemzüge.

Und auch tagsüber, wenn sie merkt, dass sie zu flach atmet und das Leben so einiges von ihr fordert.

Und am Abend, setzt sie sich dann gerne noch mal bewusst hin bzw. wenn sie sehr müde ist, dann legt sie sich auf den Boden. Und natürlich überall und dann, wann es gerade passt.

Dazu atmet sie bewusst Richtung Bauch über die Nase ein und atmet bewusst über den Mund aus. Das macht sie ein paar Mal und wenn sie merkt, der innere Druck lässt nach, dann schließt sie ihren Mund und atmet tief über die Nase ein und aus.

Und dann lässt Marie ihren Atem ganz ruhig und sanft werden. Sie bleibt ganz verbunden und beobachtet das Einströmen und Ausströmen ihres Atems. Oder sie spürt das sanfte Heben und Senken ihrer Bauchdecke oder das Erweitern und Zusammensinken ihres Brustkorbes.

Es gibt sogar eine Meditationstechnik mit dem Namen „50-to-0“ in der diese Atembeobachtung bewusst praktiziert wird.

•Einatmen - Ausatmen!
•Heute gönne ich mir ein paar tiefe Atemzüge!



Marie auf ihrem Weg

•Guten Morgen Marie!•



Am liebsten hat es Marie, wenn sie schon aufwacht bevor der Wecker läutet.

Sie lauscht dann so in sich hinein und wenn ein Impuls kommt, dann widmet sie diesen neuen Tag gleich einmal einer Bestimmung (wie zB. Freude, Dankbarkeit, Loslassen) und fasst sich sogleich einen Vorsatz, wie sie diese Bestimmung konkret in einem Punkt an diesem Tag umsetzen kann. Und dann lässt sie diesen nochmals mit einer langen Ausatmung los.

Danach räkelt und streckt sie sich mal genüsslich, stellt ihre Füße auf und rollt ihre Wirbelsäule ein paar Mal auf und ab – so spürt sie sich und gönnt ihren Rücken gleich einmal etwas Gutes. Wenn noch Zeit ist, lässt sie ihre Füße aufgestellt und lässt die Knie mit der Ausatmung zu einer Seite sanft fallen und mit der Einatmung bringt sie die Knie wieder zurück zur Mitte, dann die andere Seite ... das wiederholt Marie sooft wie es ihr gut tut.

Bevor sie wirklich aufsteht, atmet sie noch 3 Mal tief in den Bauch ein und aus.

•Und los geht's!
•Heute ist ein guter Tag!•



Mehr von Marie unter www.marieaufihremweg.com

Autoren: Heike Tuidler & Alexis Wessely

Der Beruf des Ayurveda Praktikers und seine Ausbildung



Können wir noch fühlen, wie die Winde des Universums mit uns spielen und wir mit ihnen? Wie die Feuer der Verwandlung uns zu Asche verbrennen und unsere Essenz daraus neu entstehen lassen – immer wieder, ein Vorgang, den man „leben“ nennt?

Oder wann ist dieser Zugang zum Innersten und dessen Wirken hinaus in die Welt verloren gegangen? **Ayurveda – das „wahre Wissen vom Leben“** - die aus Indien stammende Jahrtausende alte und sich doch stets erneuernde Gesundheitslehre im weitesten Sinn – weiß die Antwort und kennt die Lösung.

Im Menschen als einem **Mikrokosmos** herrschen dieselben Kräfte wie im **Makrokosmos**.

- Es ist dies der Wind (vayu), der den ersten Impuls zu einer Bewegung schafft.
- Es ist das Feuer (tejas), das Leben und Tod mit sich führt – das Licht und die Wärme des Lebens, die schwarze Asche des Todes.
- Es ist das Wasser (apa), das Fließen selbst, das durch Adern rauscht und den Keim zum Wachsen bringt.
- Es ist die Erde (prithivi), die uns festen Halt und einen Standpunkt ermöglicht und die in ihrer Tiefe unermessliche Schätze birgt.
- Und es ist der Raum (akasha), in dessen Weite unsere Seele klingt.

In jedem Menschen wirken diese Kräfte in einem ganz persönlichen Verhältnis zusammen. Während der Ausbildung lernt der Ayurveda-Praktiker diese Kräfte und ihre Ausprägungen genau kennen. Ziel ist es, das harmonische Gleichgewicht zu erhalten und Störungen auszugleichen. Im Ayurveda steht dabei eine **Fülle an Maßnahmen** zur Verfügung:

- **Ernährung:** „Gesundheit beginnt im Darm“ – diesen Wahlspruch beherzigt auch Ayurveda. Darüber hinaus wird aber noch die individuelle Konstitution (vata, pitta, kapha) berücksichtigt, sodass ein typgerechtes Ernährungstraining maßgeschneidert werden kann. Dazu muss der Ayurveda-Praktiker die ayurvedischen Eigenschaften der Lebensmittel und Zubereitungsformen, die Geheimnisse der Kräuter und Gewürze gut kennen.

- **Lebensstil:** Es gibt keine Lebensführung, die für alle Menschen gleichermaßen gut

geeignet wäre. Ein Ayurveda-Praktiker hat gelernt, die einzelnen Konstitutionstypen sicher zu unterscheiden (vata, pitta, kapha) und kennt eine Fülle von Empfehlungen für einen individuell optimal angepassten Lebensstil.

- **Massagen:** Die Wohltat ayurvedischer Massagen ist legendär. Warme, duftende und aufwändig hergestellte Öle nähren und kräftigen den Organismus in verschwenderischer Fülle. Oft kommen auch wertvolle Pulver oder Pasten, Seidentücher, Edelsteine, Klänge, Farben, Düfte u.v.m. zur Anwendung. Die Techniken reichen vom sanften, fließenden Abhyanga über anregende Stoffwechselfmassagen bis zum kraftvollen Muskelaufbau für Krieger/Sportler. Ein Ayurveda-Praktiker beherrscht wahrhaftig die hohe Kunst der Berührung, er kann den Körper mit seinen Händen „lesen“ und begreifen.
- **Güsse:** Am bekanntesten ist der Stirnguss (shirodhara), bei dem warmes Öl in einem sanft schwingenden Rhythmus über die Stirne gleitet – eine wahrhaftig königliche Wohltat.
- **Spezialanwendungen:** Massagen mit heißen Kräuterbeuteln, Ölfüllungen in einem Teigring (z.B. kativasti), spezielle Reinigungsverfahren für Nebenhöhlen oder den Darm
- ...
- **Bewegen und Dehnen:** Aktive und passive Techniken aus der Kalari-Tradition
- **Schönheit:** Das innere Leuchten nach außen sichtbar machen – so versteht Ayurveda das Thema Schönheitspflege. Dafür werden nur „essbare“ Substanzen verwendet.
- **Spirituelle Gesundheit:** Als ganzheitlichem System ist dem Ayurveda die persönliche Weiterentwicklung besonders wichtig. Mit Beratung, Meditation, Klang, mit energetischen und tranceähnlichen Techniken hilft der Ayurveda-Praktiker unserer Seele, sich zu entfalten.

Ayurveda kann mit seinem wertvollen Wissen einen wichtigen Beitrag zu Gesundheit, Wohlbefinden und Glück von uns Menschen leisten. Sein eigentliches Anliegen geht aber noch tiefer: Indem Ayurveda das Zusammenspiel der kosmischen Kräfte auf der körperlichen und spirituellen Ebene wieder optimiert, schickt es die Menschen auf eine spannende Reise zu sich selbst, zu ihrer liebevoll strahlenden Urnatur (prakriti), sodass sich ihr ureigenstes Wesen offenbaren und entfalten kann.

Ayurveda-Schule „Kremstal“ in NÖ; Leitung: Ingrid Fürnsinn
Info und Kontakt: www.ayurveda-schule.at 0676/6907421 ayurveda-schule@aon.at

Der Beruf des Ayurveda Praktikers und seine Ausbildung



Können wir noch fühlen, wie die Winde des Universums mit uns spielen und wir mit ihnen? Wie die Feuer der Verwandlung uns zu Asche verbrennen und unsere Essenz daraus neu entstehen lassen – immer wieder, ein Vorgang, den man „leben“ nennt?

Oder wann ist dieser Zugang zum Innersten und dessen Wirken hinaus in die Welt verloren gegangen? **Ayurveda – das „wahre Wissen vom Leben“** - die aus Indien stammende Jahrtausende alte und sich doch stets erneuernde Gesundheitslehre im weitesten Sinn – weiß die Antwort und kennt die Lösung.

Im Menschen als einem **Mikrokosmos** herrschen dieselben Kräfte wie im **Makrokosmos**.

- Es ist dies der Wind (vayu), der den ersten Impuls zu einer Bewegung schafft.
- Es ist das Feuer (tejas), das Leben und Tod mit sich führt – das Licht und die Wärme des Lebens, die schwarze Asche des Todes.
- Es ist das Wasser (apa), das Fließen selbst, das durch Adern rauscht und den Keim zum Wachsen bringt.
- Es ist die Erde (prithivi), die uns festen Halt und einen Standpunkt ermöglicht und die in ihrer Tiefe unermessliche Schätze birgt.
- Und es ist der Raum (akasha), in dessen Weite unsere Seele klingt.

In jedem Menschen wirken diese Kräfte in einem ganz persönlichen Verhältnis zusammen. Während der Ausbildung lernt der Ayurveda-Praktiker diese Kräfte und ihre Ausprägungen genau kennen. Ziel ist es, das harmonische Gleichgewicht zu erhalten und Störungen auszugleichen. Im Ayurveda steht dabei eine **Fülle an Maßnahmen** zur Verfügung:

- **Ernährung:** „Gesundheit beginnt im Darm“ – diesen Wahlspruch beherzigt auch Ayurveda. Darüber hinaus wird aber noch die individuelle Konstitution (vata, pitta, kapha) berücksichtigt, sodass ein typgerechtes Ernährungstraining maßgeschneidert werden kann. Dazu muss der Ayurveda-Praktiker die ayurvedischen Eigenschaften der Lebensmittel und Zubereitungsformen, die Geheimnisse der Kräuter und Gewürze gut kennen.
- **Lebensstil:** Es gibt keine Lebensführung, die für alle Menschen gleichermaßen gut

der Welt. Existenz, das Hervorgegangene, ist das, was ich auf irgendeine Art wahrnehmen kann. Sei es mit den Sinnesorganen, sei es die Wahrnehmung von Gedanken oder sei es eine Wirkung, die mich krank macht, ohne dass ich sie unmittelbar spüren kann. Selbst indirekte Wahrnehmung, wie beispielsweise die von Infrarotlicht, das ich nicht sehen, aber fotografieren kann, spielt sich in der Welt ab. Alles Wahrgenommene hat einen Anfang und ein Ende und sein Gegenüber: Ich – Nicht-Ich.

Daher das Bilderverbot, das Verbot, Gott eine Form, Eigenschaften zu geben. Indem ich das tue, mache ich „ihn“ (der selbstverständlich kein Er und kein Der ist) zu einem Ding, einem Gegenstand der Wahrnehmung. Alles, was wahrgenommen werden kann, kann per Definitionem nicht die Erste Ursache, das Grenzenlose, Allgegenwärtige, Allmächtige sein. Denn „das“ ist nicht existent, „das“ *gibt es nicht*, sondern „es“ gibt.

Und ich? Wie ist es mit mir? – Wenn ich mich ernsthaft und konsequent suche und frage, wer sucht, wer es ist, der ernsthaft ist, wer denn überhaupt alles wahrnimmt, dann finde ich nichts. Denn bei allem, was ich finden könnte, muss ich immer nachfragen, wer gefunden hat, wer es ist, der diesen Fund wahrnimmt. Ich selbst bin also ebenso kein Teil der Welt, kein Objekt, kein Gefühl, keine Energie, ... ich bin nicht existent.

Das Ich ist unrettbar. [...] Die Welt ist ein Komplex von Empfindungen. (Ernst Mach)

Autor: Subhash 0680/31 23 588



In der Stimme liegen deine Potenziale

Die **Nada Brahma Stimmanalyse** ist eine faszinierende Methode, Potenziale, Talente, Fähigkeiten, Stärken und Vorlieben eines Menschen zu entdecken und zu fördern. Das Wissen, das sich dahinter verbirgt, ist mehrere tausend Jahre alt und stammt aus dem indischen Raum. „Nada“

bedeutet Klang, „Brahma“ steht für göttlich oder universell, Nada Brahma lässt sich als „der göttliche Klang“ oder „der universelle Klang“ übersetzen. Dieses Wissen wurde in den 1980er und 1990er Jahren vom indischen Wissenschaftler und Musiker Dr. Vemu Mukunda wiederentdeckt, erforscht und für die moderne Zeit nutzbar gemacht. Dr. Mukunda hat das Wissen auch nach Europa gebracht. Der Österreicher Friedrich Leitner, ein Schüler und spiritueller Freund von Vemu Mukunda hat ebenfalls viel geforscht, gelernt, gelehrt und schließlich die Nada Brahma Stimmanalyse so entwickelt, wie der Autor dieser Zeilen, Mag. Erich Schacherl, sie gelernt hat und weitergibt.

Jeder Mensch schwingt einzigartig

Nada Brahma sagt: Jeder Mensch schwingt in einer individuellen Frequenz (Schwingung). Sie ist so einzigartig wie der bekannte Daumenabdruck. Die Schwingung

ist nicht spürbar, aber messbar. Bei der sogenannten Grundtonmessung, die Nada Brahma Stimmanalytiker Schacherl am Beginn einer Stimmanalyse mit moderner Technologie durchführt, wird die normale Sprechstimme eines Kunden aufgezeichnet und anschließend ausgewertet. Die Auswertung zeigt detailgetreu, welche Töne (= Frequenzen = Schwingungen) in welcher Häufigkeit zum Zeitpunkt der Messung im Kunden schwingen.

Töne und ihre Eigenschaften

Nach Nada Brahma ist jeder Ton – die Rede ist von den Tönen, die wir Menschen von der Musik oder Musiklehre kennen – mit einer Vielzahl von Eigenschaften verbunden. Der Ton „F“ beispielsweise ist intuitiv, hat Einfühlungsvermögen, eine magnetische Ausstrahlung, ist intellektuell orientiert, naturverbunden und so weiter. Übertragen auf das bei einer Grundtonmessung gemessene Tonbild eines Menschen liegt nun die Schlussfolgerung nahe, dass die gemessenen Töne alle individuellen Eigenschaften der Person zeigen. Das ist tatsächlich so! Das bedeutet, bei einer Grundtonmessung zeigt sich im Tonbild der Charakter eines Menschen mit all seinen Eigenschaften, Vorlieben, Talenten, Stärken und Schwächen. Faszinierend ist, wie genau und detailgetreu sich das offenbart. Als Nada Brahma Stimmanalytiker ist Erich Schacherl also in der Lage, einen ihm unbekannten Menschen nur durch sein Tonbild ganz gut einschätzen zu können.

Disharmonie in Harmonie umwandeln

Nada Brahma definiert alle Arten von Störungen des Menschen, also körperliche Krankheiten, seelische, psychische oder emotionale Probleme, soziale oder familiäre Schwierigkeiten und so weiter, als disharmonische Schwingungen im Menschen. Diese zeigen sich auf unterschiedliche Weise immer auch bei den Grundtonmessungen. Mit einer sehr einfachen, aber höchst wirksamen praktischen Übung kann jeder Mensch in einer absehbaren Zeitspanne Disharmonie in Harmonie umwandeln.

Der Gesundheit ganzheitlich förderlich

Mit der Nada Brahma Stimmanalyse bietet Mag. Erich Schacherl den Menschen eine Möglichkeit, sich selbst besser kennenzulernen und zu verstehen, die ureigenste Schwingung zu entdecken, diese ins Leben zu integrieren und so in die Mitte zu kommen, glücklich und zufrieden zu werden, eigene Talente und Stärken zu erwecken, noch unbekannte Potenziale zu entdecken, Harmonie und Vitalität zu stärken und die Gesundheit auf allen Ebenen – körperlich, seelisch, psychisch, emotional, sozial, familiär, partnerschaftlich, beruflich und auch finanziell – zu fördern.

Mag. Erich Schacherl
Tel: 0680/15 05 330, Mail: erich.schacherl@gmail.com

Was zeigt dir die Seele an deiner Wirbelsäule alles auf?



Ängste – Vertrauens-Verlust – Trauer – Wut – Ärger –
fehlende Übersicht, – Schuldgefühle – Unterdrückung –
Partnerschaftsprobleme, – fehlende Geborgenheit,...

Mit einer sanften energetischen Breuss-Massage und
anschließend einer besonderen Wirbelsäulen-Korrektur
(SWK) in Kombination mit der Matrixwelle erreichst du eine
tiefgreifende Entspannung auf allen Ebenen!

Die Wirbelsäule ist der tragende Teil unseres Körpers und hat komplexe
Zusammenhänge mit der gesamten Körperfunktion. Angefangen vom Skelett bis hin
zum vegetativen Nervensystem.

Die Anwendung richtet den Menschen neu aus, sodass eventuelle Schiefstellungen,
Rückenschmerzen, Beinprobleme aber auch Probleme mit dem Nervensystem
ausgeglichen werden können. Diese Methoden wirken nicht nur körperlich, es werden
auch karmische Blockaden und Muster gelöst. Die Wirkung erfolgt Augenblicklich und
schmerzfrei.

Naturheiltherapeut & Trainer Josef W. Fattinger
Tel. 0043 (0) 664 / 92 37 390

Didgeridoo Stammtisch in Altenburg bei Willi



Jeden zweiten **Mittwoch** im Monat, **19 Uhr**, Kapelle 24

Info: Norbert Feilhaber, Tel.: 0676/39 255 39, feilhaber@utanet.at

Alle sind herzlich Willkommen, Anfänger, Spieler und Neugierige ...

Mi. 9. Mai / Mi. 13. Juni / Mi. 12. September 2018

Zuhören, ausprobieren, dazu spielen mit Drums, Maultrommel Balafon ...

Hochwertige Didgeridooooos zum Ausprobieren stehen zur Verfügung !

Neu : Im **Didgeridoo Newsletter** habe wir hörbare Spielanleitungen
platziert.

Leichter Lernen mit Kinesiologie und Ätherischen Ölen

Kennen Sie das? Ihr Kind quält sich bei den Hausaufgaben? Er oder sie kann sich nicht konzentrieren und schweift immer wieder mit seinen/ihren Gedanken ab. Ihr Kind kann zuhause noch alles für den Test oder die Schularbeit und in der Schule kommt das Blackout. Oder fällt es ihnen selbst schwer, sich neues Wissen anzueignen, sich in Kursen konzentrieren zu können?

Konzentrationsschwierigkeiten, Lese- und Rechtschreibschwäche, Rechenschwäche, Versagensängste, etc. sind etwas, womit Kinder heutzutage immer öfter konfrontiert sind. Als Elternteil will man immer selbst alles schaffen und dem Kind helfen, aber mit der Zeit ist man damit überfordert und weiß nicht mehr weiter.

Die Kinesiologie bietet bei diesen Schwierigkeiten einfache Übungen an, die dem Kind helfen, vorhandene Fähigkeiten zu entdecken und zu nutzen. Sie bietet dem Kind oder auch den Eltern selbst Möglichkeiten, wieder mehr Selbstvertrauen zu bekommen und sich selbst auch mehr zuzutrauen.

Die Kinesiologie ist eine ganzheitliche Methode - die „Lehre von der Bewegung“ - die mögliche körperliche, geistige und emotionale Blockaden mittels Muskeltest herausfindet und diese Blockaden mit Hilfe von unterschiedlichen Methoden wieder versucht zu lösen. Gerade bei Lernblockaden, wie Dr. Paul Dennison es bezeichnet, unterstützen verschiedene Übungen aus Brain Gym® die Gehirnaktivierung. Diese Methode wurde von Dr. Paul Dennison entwickelt.

Unser Großhirn besteht aus zwei Hälften, die durch eine Furche – das Corpus collasum – unterteilt sind. Das Corpus collasum ist wie eine Brücke, deren Hauptaufgabe es ist, den Informationsaustausch der beiden Gehirnhälften sicherzustellen. Die rechte Gehirnhälfte steuert die Funktionen der linken Körperseite und die linke die der rechten. Jede Gehirnhälfte hat spezifische Aufgaben. So ist die linke Gehirnhälfte das Logikgehirn und die rechte Gehirnhälfte das Gestaltgehirn. Auch wenn beide Gehirnhälften unterschiedliche Aufgaben haben, sollten sie dennoch immer zusammenarbeiten, damit wir alle Aufgaben zufriedenstellend bewältigen können. Das Corpus collasum, welches für die Zusammenarbeit zuständig ist, reagiert sehr empfindlich auf Stress. Wenn man unter Stress steht, läuft der Informationsaustausch nicht mehr reibungslos ab. Dies wird dann in der Kinesiologie als Lernblockade bezeichnet. Das ist dann auch der Grund, wieso sich Kinder schwer tun, ihre Hausaufgaben zu bewältigen oder sich zu konzentrieren. Entweder sie erzeugen sich selbst den Stress, dass sie das schaffen müssen oder sie werden von äußeren Umständen unter Stress gesetzt und somit können die rechte und die linke Gehirnhälfte nicht miteinander arbeiten. Äußere Umstände die zu Lernblockaden führen können, sind u.a. Wassermangel, Fernsehen, Ernährung,

Erwartungsdruck der Eltern, Angst oder andere emotionale Probleme, Unfälle etc. In der Edu-Kinesiologie sprechen wir unter anderem von den drei Dimensionen des Lernens. Laut Dr. Dennison gibt es die Rechts/Links, die Oben/Unten und die Vorne/Hinten Dimension. Genauso wie wir uns bewegen können, laufen auch die Informationen durch das Gehirn und vom Gehirn zum Körper. Wenn die Kommunikation im Körper gut funktioniert, wird auch das Lernen eine Leichtigkeit sein. Allerdings wird auch diese Kommunikation durch Stress blockiert.

Die Rechts/Links Blockade ist die häufigste Ursache für Lernblockaden und zeigt sich vor allem beim Lesen, Rechnen, Schreiben. Jemand der eine Oben/Unten Blockade hat, ist entweder vom Denken oder vom Fühlen beherrscht. Es zeigt sich daran, dass betroffene Kinder es nicht schaffen, aufmerksam zu sein, die Zeit vertrödeln und immer die Letzten sind, Besserwisser sind, Vorgänge zu langsam verstehen etc.

Und die Vorne/Hinten Blockade beschäftigt sich mit Konzentration und Entspannung. Diese erkennen sie daran, dass entspannen für manche Kinder schwierig ist, diese Kinder immer in Bewegung sind, oft vor sich hinträumen, sich oft aggressiv verhalten etc.

In meiner Praxis arbeite ich sehr gerne mit Kindern, da gerade Kinder sehr schnell einen Unterschied spüren. Diese einfachen Übungen aus der Edu-K können bei konsequenter Anwendung sehr rasch zu Besserung der Lernblockaden verhelfen. In Ergänzung zu meiner kinesiologischen Arbeit verwende ich auch gerne ätherische Öle von höchster Qualität, denn bestimmte ätherische Öle können die Konzentration steigern und auch das „Fließen lassen“ aktivieren.

Autorin: Daniela Braunsteiner



Kinesiologin
DANIELA BRAUNSTEINER

Dipl. Kinesiologin
Dipl. Aroma-Energetikerin
Dipl. Bachblüten-Energetikerin i.A.

Körper, Geist & Seele
harmonisieren – wenn die Lebensenergie fließt

0650/9111019
2070 Retz • Victoriaweg 2
www.danielabraunsteiner.at
kinesiologin@danielabraunsteiner.at
mydoterra.com/danielabraunsteiner



Lerne vom 3. bis 5. August 2018 den neuen Kraftort am Seebach kennen

Im Waldviertel ist es nicht verwunderlich, dass du auf einer Wanderung durch die schönen Wälder und Täler einen Platz zum Verweilen findest. Die wilde Natur darf sich hier noch entfalten. Besondere Steine wie der blaue Gneis und der gelbbraune Granulit prägen die Gegend und machen den einen oder anderen Ort zu einem wahren Kraftplatz. Die Energien werden durch die Kraft unserer steinigen Brüder, die sich so gut wie nicht bewegen, stabilisiert und entfalten so ihre heilende Wirkung. An solchen Plätzen kann man sich erholen und wirklich wohl fühlen.



Die Gauguschmühle in Aigen, am schönen Seebach gelegen, hat sich verwandelt. Hier, wo früher das Korn zu Mehl verarbeitet wurde, entstand ein neuer wundervoller Kraftplatz. Die Besitzer—Monika und Edmund Gaugusch haben die Mühle in liebevoller Arbeit zu einem Seminarhaus der besonderen Art umgestaltet und im Innen- und Außenbereich ein einzigartiges Flair

zum Meditieren geeignet ist eine von Sträuchern umrahmte Wiese und neben dem Medizinrad gibt es einen tollen Feuerplatz.

Monika und Edmund Gaugusch möchten diesen kraftspendenden Ort interessierten Menschen im Zeitraum vom 3. August bis 5. August 2018 vorstellen. In dieser Zeit finden verschiedene Workshops wie zB Baj-Pendeln, Enkaustik, Trommeln, Klangschalen, Hufeisen werfen, Waldpädagogik, Traumfänger bauen, Frauenschwitzhütte, etc. statt.



Alle Veranstaltungen an diesen Tagen sind kostenfrei, dienen zum Kennenlernen und laden ein zu einem gemütlichen Beisammensein unter Gleichgesinnten. Am Lagerfeuer dürfen die Tage ihren Ausklang finden.

Für genauere Infos steht Ihnen die Familie Gaugusch sehr gerne zur Verfügung.

Seminarhaus Gauguschmühle, 3814 Aigen 3

www.gauguschmuehle.at

seminarhaus@gauguschmuehle.at

02846 417 oder 0650 7783284



Yogalehrer-Ausbildung in Rappottenstein

Beginn: 02.11.2018

Dauer: 1 Jahr / 10 Wochenenden

Ort: Seminarhaus Sonnenhof

Infotage: 17.08.2018

28.09.2018

Bitte ausführliche Infomappe anfordern

International zertifiziert | Bildungsförderung möglich



office@yogaakademie-austria.com . 0664 211 60 39 (Mo - Fr | 8-11 Uhr)
www.yogaakademie-austria.com

Schamanische Reisen in „Licht aus der Jurte“

Schamanische Reisen in der Heiljurte umfassen ein komplexes System an ritueller Handlung. Die Schamanin, begleitet von Trommel und Glocke verlässt in tiefer Trance ihren Körper und überlässt ihn heiligen Wesen aus dem Einheitsbewusstsein. Die Gottheit gibt Antworten auf Fragen und entzieht den Anwesenden so manches Übel, das sie im Alltag verfolgt und vergiftet.

Die Ausbildungen dazu sind intensiv, sie umfassen die VI Module Spirituelles Heilen, die Zusatzseminare und die schamanische Ausbildung.

Und: in der Jurte sind keine bewusstseinsverändernden Substanzen erlaubt.

Autorin: Regina Hruska

Licht aus der Jurte



Österreichs größtes spirituelles und heilschamanisches Kompetenzzentrum
im Heil- und Kraftgarten in Wien - Hietzing

www.jurte.wien
www.heilschamanismus.at

Lachen fürs Glück, Humor fürs Herz!

LACHZENTRUM PÖLACHRN: Die Arbeit von Andrea Klotz (A) & Henri Brugat (F) stützt sich in erster Linie auf Erfahrungswerte aus gemeinsamen 70 Jahren künstlerischer und pädagogischer Tätigkeit als Glee (weibliche Form vom Begriff Clown) und Clown (männliche Form).



Die Essenz daraus heißt: **Lachzentrum** - Centre du Rire und unsere eigene Berufsbezeichnung lautet: **Lachverständige!** Wir, Andrea & Henri, vervielfachen Humor und Lachen, **lach**verständlich ausgedrückt: Humor verviefl**achen!**

Lachen ist ein Instinkt – der Humor in seiner Vielfalt will entdeckt werden. Lernen und üben in "good vibes", damit die Wirkung in "bad vibes" abgerufen werden kann.

Haben Sie gewusst, dass vor 50 Jahren noch dreimal mehr gelacht wurde als heute? Ist uns das Lachen vergangen? Kinder lachen oder lächeln durchschnittlich 400-mal am Tag, Erwachsene nur noch 15-mal pro Tag.

Humorlosigkeit verspritzt viel Säure. Mache ich andere schlechter, damit es mir besser geht? Warum sind wir so sauer? Humor ist für die Gestaltung des Lebens so wichtig, dass er nicht ernst genug genommen werden kann. Wir reden hier nicht von Lachen um jeden Preis! Humor verhindert unsere Schicksalsschläge nicht – jedoch – mit (m)einer humorvollen Lebenseinstellung kann ich das "Jammertal" leichter verlassen. ICH habe die Wahl, ob ich dem Leben und der Liebe griesgrämig oder lustvoll begegnen möchte!

Wissen Sie, wie gesund Lachen tatsächlich ist?

Das Immunsystem wird gestärkt und es beugt Depressionen vor. Lachen ist wie innerliches Jogging des Organismus. Es senkt hohen Blutdruck, hat schmerzstillende Wirkung, fördert die Ausscheidung von Cholesterin, regt die Verdauung an und lässt die Zahl natürlicher Killerzellen im Körper ansteigen. Bis zu 300 verschiedene Muskeln werden bei einem Lachvorgang aktiviert.

Lange bevor der erste Homo sapiens überhaupt einen Witz verstand, hat man sich auf der Erde schon schlapp gelacht. Das war vor mehr als sechs Millionen Jahren! (Dr. Michael Titze)

Menschen, die ihr Lachen einsetzen und ihre Humorvielfalt entdecken, fühlen sich leichter, sind kreativer, produktiver, glücklicher, zufriedener und gesünder.

Wir lieben unsere Arbeit und wollen das Lachzentrum weiter "sichtbar" machen, denn Humor schafft eine gemeinsame Sprache!

Kontakt: Lachzentrum – Andrea Klotz (A) & Henri Brugat (F), Josefgasse 4, A-3380 Pöchlarn

mobil: 43 (0) 676-3677160,

mail: garderobe@lachzentrum.net,

web: www.lachzentrum.net



Mach mal Pause: Meditation Großzügigkeit



Mit einer Atemmeditation kann man den Geist innerhalb kurzer Zeit zur Ruhe bringen: Einen ruhigen Platz suchen, eine aufrechte Haltung einnehmen und die Aufmerksamkeit auf den Atem lenken; vielleicht die Atemzüge bis 10 mitzählen und dann wieder von vorne beginnen. Und wenn der Geist zur Ruhe gekommen ist, kann man konzentriert, klar und zielgerichtet über ein Thema nachdenken:

Großzügigkeit hat viele Gesichter. Großzügigkeit kann sich auf materielle Werte beziehen, auf Zeit, Anerkennung, Unterstützung oder auf Handlungen. Großzügigkeit kann eine Münze für einen Bettler sein, 10 Minuten der Freundin ohne Unterbrechung zuhören, den Enten im Teich altes Brot zuwerfen.

Großzügigkeit ist eine Tugend, sie trägt zu einem ethischen Leben bei und man kann sie wie einen Muskel trainieren. Zum Beispiel mit der Frage: „Kann ich gerade etwas abgeben?“ Und wenn ja, einfach ausprobieren. Es mag manchmal leicht fallen – dann kann man sich darüber freuen, oder ein andermal überhaupt nicht funktionieren. Dann hat man sich vielleicht eine allzu schwierige Aufgabe gestellt wie zum Beispiel das Lieblings T-Shirt in die Altkleider Sammlung zu geben. Großzügigkeit ist nicht Märtyrertum. Es darf leicht gehen und es darf Spaß machen: Ein Euro für einen Bettler, die Freundin ins Cafe einladen, der Mutter einen halben Tag unserer Gesellschaft zur freien Verfügung schenken und Vieles mehr. Und nach der großzügigen Handlung kann man das Gefühl betrachten. Ist es ein angenehmes, so ist es Anlass zur Freude, ist es eng und beklemmend, war die Herausforderung wohl zu groß und kann beim nächsten Mal eine Nummer kleiner gewählt werden.

Großzügigkeit ist ein hervorragendes Gegenmittel gegen Geiz. Stetes Geben macht ein weiches Herz. Es kann immer wieder eine Herausforderung sein und manchmal etwas weh tun und geht ein bisschen mit Verzicht einher, aber es baut eine Brücke zu anderen und schafft Verbindung. Aber mit etwas Übung wird es immer leichter.

Übung:

1) Überlege dir, wann du großzügig bedacht worden bist: Beim Essen in der Kantine eine Riesenportion vom Lieblingssessen auf den Teller bekommen, 100 Glückwünsche auf Facebook zum Geburtstag, Kinder und Enkelkinder, die dich mit selbstgemalten Bildern beschenken, die Liebe der Haustiere. Nimm dir Zeit, denke nach, sammle, lass es wirken und erfreue dich dann daran.

2) Nun denke nach, wann du das letzte Mal großzügig warst. Und dann die Male davor. Nimm dir Zeit, sammle, lass es wirken und erfreue dich daran.

3) Abschließend erlaube dir zu träumen: Du erfährst überhaupt keine Einschränkungen. Du kannst großzügig sein, wie du es willst. Mit Geld, Zeit, Freundlichkeit. Alles ist im Überfluss vorhanden. Stell dir konkrete Situationen vor, lass deiner Fantasie freien Lauf. Und am Ende der Übung erfreust du dich wieder daran. Und vielleicht hast du ja Lust bekommen, das eine oder andere einmal auszuprobieren.

Großzügigkeit hinterlässt ein gutes und angenehmes Gefühl. Großzügige Menschen sind für gewöhnlich bei anderen sehr beliebt. Großzügige Menschen haben Achtung vor anderen und sich selbst. Bei allen Betrachtungsweisen lässt sich nichts Unangenehmes oder Schädigendes finden. Es bleibt unterm Strich nur Positives. Es zahlt sich aus.

Autorin: Andrea Wittmann, Yoga- und Weisheitslehrerin in Sigmundsherberg,

Tel: 0676/75 60 996

Zwölf Jahre Kornkreis-Museum in Kematen bei Amstetten!

Besuchszeiten

nach telefonischer Vereinbarung

Anmeldung/Info

0650 / 99 36 558

Die Dauerausstellung wird auf einer Gesamtfläche von **400 m²** präsentiert.

www.grissenberger-gimpersdorf.at



**Heidi und Franz Grissenberger
freuen sich über ihren Besuch**

Vorbeugen ist besser als heilen

Dr.med.vet.Nicole Herout

Es gibt verschieden Möglichkeiten der Prophylaxe. Die Bekannteste ist das Impfen. Dadurch soll der Körper angeregt werden gegen bestimmte Erreger Antikörper zu bilden. Das kann er aber nur, wenn sein Immunsystem gut und aktiv ist. Die Impfwirkung bei geschwächten, gestressten oder gar schon kranken Tieren, ist meistens nur mangelhaft.

Sechs (r)evolutionäre Produkte! Der Gesundheit Ihrer Tiere zuliebe!

Sie unterstützen den Organismus dabei mit Stoffwechselschlacken, Entzündungen und freien Radikalen besser umgehen zu können. Werden diese bereits im Darm gebunden und ausgeschieden, können sie keinen Schaden mehr anrichten. Dieser Entgiftungseffekt bietet ein unglaubliches Potential für die Gesundheit, durch Steigerung der Abwehrkraft und Stärkung der Organesundheit.

Unsere Tiere sind heute aus vielerlei Gründen hohen Belastungen ausgesetzt, was sich schwächend auf ihre Gesundheit auswirkt. Von sehr hohen Leistungsanforderungen, negativen Umwelteinflüssen, oft wenig artgerechter Haltung, Bewegungsmangel, häufigen Medikamentengaben, über Pilze und Bakterien im Futter, gibt es viele Faktoren, die die Abwehrkraft schwächen und die allgemeine Gesundheit belasten.

Diese Mineralprodukte enthalten hoch aktiven Mont Morillonit. Dieser ist in der Lage, Wasser, verschiedene **Gifte (Toxine), Stoffwechsel- Schlacken und freie Radikale** effektiv an sich zu binden und in gebundener Form auszuschcheiden.

Darüber hinaus ist dieses sowohl mit europäischen **Kräutern** und, nach der indischen **ayurvedischen Heilkunst zusammengesetzten, Pflanzenmischungen vermengt**, deren Wirksamkeit durch kontinuierliche Forschungsarbeit laufend besser erforscht wird. Dies ermöglicht eine Aktivierung – je nach Produkt – des gesamten Stoffwechsels, des Immunsystems, des Leberstoffwechsels, des Atem- oder Verdauungstraktes.

Die bessere Gesundheit Ihrer Tiere gewährleistet auch ganz wesentlich Ihren wirtschaftlichen oder züchterischen Erfolg. Durch den vorbeugenden Einsatz der Mineral-**Homöopathie**

Die klassische Homöopathie bietet genau für diese Anforderung gute und kostengünstige Möglichkeiten. Wenn man ein Tier nachhaltig unterstützen will, muss die richtige Arznei in jedem Krankheitsfall gefunden werden, die auf das Tier oder die Herde mit seinem/ihrer aktuellen Problem optimal passt. Homöopathie ist eine individuelle Therapieform.

Kräuter: Wesentlich einfacher ist der prophylaktische Einsatz von Kräutern. Für jedes Leiden ist ein Kraut gewachsen, das gilt auch für Tiere. Hat man Zeit und das nötige Wissen kann man natürlich eigene Kräuter verwenden, oder aber Kräuterkonzentrate, die man, je nach Problemstellung, fertig kaufen kann.

Sinnvolle Einsatzgebiete sind, die Immunstärkung, die Darmstabilisierung, die Unterstützung des Leberstoffwechsels, als Hauptentgiftungszentrale.

In der kalten Jahreszeit können die Atemwege gestärkt werden.

Will man in der Parasitenprophylaxe nicht so häufig hochgiftige Medikamente einsetzen, kann man stattdessen Kotproben machen lassen und dann, wenn kein großes Problem besteht, den Tieren vorbeugend parasitenabwehrende Kräuter füttern.

Bei vorbeugenden Einsatz von MOMO-Aktiv-Produkte in der Landwirtschaft kann der

betriebsübliche Einsatz von Antibiotika, unter tierärztlicher Betreuung, bis zu 80% gesenkt werden.

Alle diese AGRAR Produkte sind auch BIO-TAUGLICH!

**Mineralfuttermittel für alle Tiere
mit Mont-Morillonit und Kräutern**

MOMO[®] AKTIV
AGRAR / HORSE / PET



NEU: AGRAR Pure Herbs

Natürliche Optimierung

- der Abwehrkraft
- des Leberstoffwechsels
- des Verdauungstrakts
- der Atemorgane
- der Parasitenabwehr
- des Mineralstoffwechsel
- des Stoffwechsels

Vitamin- und Mineralstoffversorgung für Pferde

**BALANCE
HEPAR
DIGEST
AIR
CLEAN
MOBIL
BASIC**

HORSE Vital

NEU: HORSE Vital Vitamine & Mineralstoffe



Wir beraten Sie gerne und kostenlos!

+43(0)2849 / 27500 **www.momo-aktiv.at**

Der Gesundheit jedes Tieres zullebe!

Zusammenfassung

Der vorbeugende Einsatz von Homöopathie und/oder Kräuterprodukten bedeutet, dass man in die Gesundheit der Tiere investiert anstatt kranke Tiere behandeln zu lassen. Für fachliche Anfragen steht ihnen unser Team jederzeit zur Verfügung.

Gesunde Gemeinde Irnfritz - Messern



In Zusammenarbeit mit
Gemeinnütziger Verein Sunnseitn



Donnerstag, 17. Mai, 18:30 Uhr Mehrzweckhalle Irnfritz

»Vortrag Yoga«

Praktische Übungen für den Alltag

Vortrag von Daniela Höllinger, diplomierte Yogatrainerin



Was ist Yoga? Ist Yoga für mich geeignet? Welche Yogastile gibt es? Wo finde ich die oder den „passenden“ Yogalehrer? Es gibt so viele Fragen rund um das Thema Yoga die ich gerne in meinem Vortrag beantworten möchte. Auch praktische Übungen aus dem Yoga, welche leicht in den Alltag zu integrieren sind, werde ich vorstellen.

Donnerstag, 14. Juni, 18:30 Uhr Mehrzweckhalle Irnfritz

»Vortrag Lachen ist eine kostbare Medizin«

Lachen mit und ohne Grund, vertreibt die Sorgen und macht gesund

Vortrag von Andrea Klotz & Henri Brugat, Lachzentrum Pöchlarn



Alle Menschen besitzen ein Lachzentrum (Linke Gehirnhälfte). Das Lachzentrum ist älter als das Sprachzentrum. Es gibt den Instinkt: Das Lachen – und die kulturelle Anwendung davon: Den Humor. = Den Humor kann ich verlieren, das Lachen jedoch bleibt(!!!) Historik der Gelotologie = Wissenschaft des Lachens: Geburtsstunde, Aufbau, Erweiterung, Entwicklung, Ergebnisse. (Wie gesund ist Lachen tatsächlich, z.B. Lachen unterstützt den Selbstheilungsprozess). Geschichte und Evolution des Lachens und des Humors.

NACHRUf



Herr **Alois Kranzl †** ist am 13. Jänner 2018 mit 86 Jahren verstorben. Wir verdanken ihm viel über: Heimatkunde, Naturbeobachtungen, umfangreiches Mineralienwissen, Schnitz und Maltechniken und einen gesunden Humor. Die Nachbarn Hedwig & Herbert Busch führen das **Zieglmuseum** mit 3000 unterschiedlichen Ziegeln im Sinn von Herrn Kranzl weiter.



Besichtigung nach Anmeldung weiterhin möglich: 0664 / 208 15 78.

Veranstaltungskalender Mai bis August 2018

Monatlich

SPIEL DER WIRKLICHKEIT 2018 Fotografie-Workshops im Waldviertel, die die Augen öffnen mit Pramesh Gerhard Kunz und Subhash Ein Tag, zwei Tage, eine Woche; ganz wie es gefällt
<http://sdw.subhash.at>

Der Fotografische Salon im Waldviertel jeden 3. Freitag im Monat ab 16 Uhr in **A-3900 Schwarzenau**, Hausbach 31 (Studio) – kostenlos & unverbindlich!
<http://fotoblog.subhash.at>

Dunkelfeld-Vitalblutanalyse und Hamoview-Test, Body Code, Natürliche Hormontherapie, auch Workshop „Hormone“, **A-3950 Gmünd**, Albrechtser Straße 14, Hotel Sole Felsen-Bad, mit Dr. Jasmin Azizian – Termine nach Vereinbarung, Info/ Anmeldung Gertrud Weiss : 0676/41 55 708, energieplatzerl@aon.at

BioScan – Ein Blick in den Körper (230 Parameter wie Vitamine, Spurenelemente, Aminosäuren.. ohne Blutabnahme) und Termine Stoffwechselanalyse „Bio Photonen Scan“, **A-3950 Gmünd**, Albrechtser Straße 14, Seminarraum Hotel Sole-Felsen-Bad, mit Gabriele Roithner und Franz Pollak, Termine nach Vereinbarung, Info/ Anmeldung bei: Gertrud Weiss, 0676/ 41 55 708, energieplatzerl@aon.at

„Hildegard Aderlass“ und Schröpfen, **A-3950 Gmünd**, Albrechtser Straße 14, Hotel Sole Felsen-Bad ,Durchführung von Dr. Kerstin Weinberger, Info/Anmeldung: VGK Gmünd, Gertrud Weiss, 0676/41 55 708, energieplatzerl@aon.at



Nah & Frisch
Rudolf Zotter, Irnfritz

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

Mai

3. Mai, Donnerstag

1. GMÜNDER KRÄUTERTAG - Kräutergenuss für Körper und Sinne

Erleben Sie an diesen Tag die Welt der Kräuter in Gmünd

ab 10 Uhr Apotheke **Gmünd-Neustadt**, 14:30 Uhr Apotheke zum Auge Gottes (**Gmünd Stadtplatz**), Was wir aus Kräutern zaubern – **Geheime Kräuterrezepturen** und was wir daraus machen. Schauen Sie uns über die Schulter.

Die **Gmünder Gärtner** und Floristen widmen sich an diesem Tag dem Thema Kräuter in seiner ganzen Vielfalt.

ab 12 Uhr **Kräutergastronomie** der teilnehmenden Gmünder Wirte

ab 16 Uhr **Kräutermärchen** für Groß und Klein im Seminarraum Hotel SFB gelesen von Mag. Claudia Binder

ab 19:30 Uhr **Vortrag** von Mag. Isabella Kitzler (**Apotheke Gmünd Neustadt**) Pflanzliche Heilmittel – Geheimwaffen aus der Natur

A-3950 Gmünd, Albrechtser Straße 14, Seminarraum: Hotel Sole Felsen-Bad

3. Mai, Donnerstag, 18:30-20 Uhr, **Workshop „Achtsamkeit im Alltag“** Loslassen und Raum für Neues schaffen, Referentin: Elisabeth Feilhaber, Kosten: 15 Euro, **A-3754 Irnfritz-Messern**, Trabenreith 22, Info: Elisabeth Feilhaber, 0676 / 39 255 39, feilhaber@utanet.at

4., 5., 6., Fr.-So, Mai **„Bewusste Gestaltung der Realität“, Einführungsseminar** in die russische Schöpferlehre von **Grigori Grabovoi**, von Gertraude Dittenbach, Seminargebühr: € 345,-- (Frühbucher € 280,--), Ermäßigung mit Alvital-Club-Card € 310,-- (Frühbucher € 270,--), Ort auf Anfrage - Anmeldung erforderlich: office@alvital-allesleben.at



BUCHEMPFEHLUNG

in jeder Buchhandlung erhältlich !
oder

online direkt im Verlag:

<http://tao.de/emaiillander?books/ID48977/Seelenblueten>

Seitenanzahl: 196

ISBN Hardcover: 978-3-96051-344-5

ISBN Paperback: 978-3-96051-343-8

ISBN e-Book: 978-3-96051-345-2

Größe: 14,8 cm x 21,0 cm

8. Mai, Dienstag, 18:30 Uhr **Einführungs-Workshop in die Schöpferlehre nach Grigori Graboboi®**, A-3522 Brunn/Wald 30, Gasthaus Schindler, Dauer: ca. 3 Stunden, Kosten: € 45,- Info/Anmeldung: Gertraude Dittenbach, 0680 / 20 65 830, gertraudedittenbach@gmx.at, www.energetikerin.com
9. Mai, Mittwoch, 19 Uhr, **Didgeridoo Stammtisch** für Anfänger und Fortgeschrittene mit Willi. Referent: Willi Pruckner, A-3751 Altenburg, Kapelle 24, Info: Elisabeth Feilhaber, 0676 / 39 255 39, feilhaber@utanet.at



11. bis 12. Mai, Fr/Sa., jeweils 10-17 Uhr **Malen mit Hilfe der Trancearbeit Workshop** mit Margarethe Glaser, Seminarhaus Gauguschmühle, A-3814 Aigen 3, www.gauguschmuehle.at Info und Anmeldung bei Monika unter 0650 / 77 83 284
- 10/11/12. Mai, Do-Sa, 9-20 Uhr, **Aus und Weiterbildung zum Energetiker/Spirituellen Heilerin** (Ausbildung 3 & 3 Tage) Referent: Norbert Feilhaber, A-3754 Irnfritz-Messern, Trabenreith 22, Info: Elisabeth Feilhaber, 0676 / 39 255 39, feilhaber@utanet.at
11. Mai, Freitag, 16-18 Uhr, **„Tauschkreis Oberes Waldviertel Irnfritz“**, Komm und tausche mit! Austausch interessierter Menschen, A-3751 Sigmundshergberg, Gartenstadt 2 bei Andrea Wittmann: 0676 / 75 60 996, Info: Elisabeth Feilhaber: 0676 / 39 255 39, feilhaber@utanet.at
16. Mai, Mittwoch, 18 Uhr **„Tauschkreis Oberes Waldviertel Gmünd“**, Komm und tausche mit! Austausch interessierter Menschen, A-3950 Gmünd, Stadtplatz 40-42, Evas Naturkostladen, Info: Eva: 0680 / 21 57 502
17. Mai, Donnerstag, 19 Uhr, **Vortrag Yoga** Praktische Übungen für den Alltag, ReferentIn: Daniela Höllinger, A-3754 Irnfritz-Messern, Gesunde Gemeinde, Mehrzwecksaal, Info: Elisabeth Feilhaber, 0676 / 39 255 39, feilhaber@utanet.at
19. bis 21. Mai, Sa-Mo, **Workshop „Mythos der Bäume“** Alteuropäische Mysterienschule Hain der Druiden, Referentin: Ingrun Fürnsinn, Kosten: 250 Euro, Ort: **Niederösterreich**, wird noch bekannt gegeben, Info: Ingrun Fürnsinn, 0676 / 690 74 21, metamorphose@a1.net

24. Mai, Donnerstag, 18:30-20 Uhr, **Workshop „Achtsamkeit im Alltag“** Loslassen und Raum für Neues schaffen, Referentin: Elisabeth Feilhaber, Kosten: 15 Euro, **A-3754 Irnfritz- Messern**, Trabenreith 22, Info: Elisabeth Feilhaber, 0676./39 255 39, feilhaber@utanet.at
31. Mai, 1/2/3. Juni, Do-So, 9-20 Uhr, **Energetik in der Familie** (Ausbildung 3 & 3 Tage) Referent: Norbert Feilhaber, **A-3754 Irnfritz- Messern**, Trabenreith 22, Info: Elisabeth Feilhaber, 0676 / 39 255 39, feilhaber@utanet.at
19. -21. Mai, Sa -Mo, **Workshop „Mythos der Bäume“** Alteuropäische Mysterienschule Hain der Druiden, Referentin: Ingrun Fürnsinn, Kosten: 250 Euro, Ort: **Niederösterreich**, wird noch bekannt gegeben, Info: Ingrun Fürnsinn, 0676 / 690 74 21, metamorphose@a1.net

Juni

- 1.Juni, Freitag, 19.30 Uhr, **Medizin aus der Zukunft: Quantenmedizin – Vortrag** mit Brigitte und Dietmar Oberreiter, Seminarhaus Gaugusmühle, **A-3814 Aigen Nr. 3**, www.gaugusmuehle.at, Info und Anmeldung bei Monika unter 0650 / 77 83 284
2. Juni, Samstag, 10 - 17 Uhr, **Liebe als Weg – (Kurs in Wundern) – Tagesseminar** mit Roswitha Goldschmid, Seminarhaus Gaugusmühle, **A-3814 Aigen Nr. 3**, www.gaugusmuehle.at. Info und Anmeldung bei Roswitha unter: frei-sein@roswitha-goldschmid.at
- 8., 9., 10., Fr.- So., Juni, **„Bewusste Gestaltung der Realität“, Einführungsseminar** in die russische Schöpferlehre von **Grigori Grabovoi**, von Gertraude Dittenbach, Seminargebühr: € 345, (Frühbucher € 280,-), Ermäßigung mit Alvital-Club-Card € 310, (Frühbucher € 270,-), Ort auf Anfrage - Anmeldung erforderlich: office@alvital-allesleben.at
- 9./10. Juni, Sa/So, 10– 17 Uhr, **„Dein Leben wird leicht“ – Transformationsworkshop**, auch körperliche Themen werden hier berücksichtigt, 200 tiefgehende Transformationen an nur 2 Tagen, Leitung: Sieglinde Bichler, Ort/Info/Anmeldung: Zentrum LebensWandel, **A-3121 Karlstetten**, Merkinger Weg 20, 0676 / 76 41 740, zentrum@lebenswandel.at
9. und 10. Juni, Sa./So., 9 – 18 Uhr, **Yoga fürs Leben – Thema „Praxis“**, für Einsteiger, Wiedereinsteiger, bereits Praktizierende, **Yogawochenende** mit Heike Tuider, Seminarhaus Gaugusmühle, **A-3814 Aigen 3**, www.gaugusmuehle.at , Info und Anmeldung bei Heike unter 0680 / 207 30 30
13. Juni, Mittwoch, 19 Uhr, **Didgeridoo Stammtisch** Für Anfänger und Fortgeschrittene mit Willi. Referent: Willi Pruckner, **A-3751 Altenburg**, Kapelle 24, Info: Elisabeth Feilhaber, 0676 / 39 255 39, feilhaber@utanet.at
14. Juni, Donnerstag, 19 Uhr, **Vortrag Lachen ist eine kostenlose Medizin**, Lachen mit und ohne Grund, vertreibt die Sorgen und macht g`sund, ReferentIn: Andrea Kotz & Henri Brugat, **A-3754 Irnfritz-Messern**, Gesunde Gemeinde, Mehrzwecksaal, Info: Elisabeth Feilhaber, 0676 / 39 255 39, feilhaber@utanet.at

2. Juni, Samstag, 14– 18 Uhr, **Aviva- Workshop**, unterstützen den Körper, den Hormonhaushalt wieder in Ordnung zu bringen. Es gilt, unsere Jugendlichkeit zu bewahren, denn aus dem Becken kommt die Kraft! Kursleiterin: Gertrud Weiss, **A-3950 Gmünd**, Albrechtser Straße 14, Seminarraum Hotel Sole-Felsen-Bad, Kosten: Euro 60, Mindestteiln.: 4 Personen, höchst. 8 Pers., Bequeme Kleidung, warme Socken, Gymnastikmatte, Anm.: G. Weiss, 0676 / 41 55 708, energieplatzerl@aon.at
7. Juni, Donnerstag, 18:30 Uhr, **„Tauschkreis Oberes Waldviertel Irnfritz“**, Komm und tausche mit! Austausch interessierter Menschen, **A-3754 Irnfritz-Messern**, Gesunde Gemeinde, Trabenreith 22, Info: Elisabeth Feilhaber: 0676 / 39 255 39
20. Juni, Mittwoch, 18 Uhr **„Tauschkreis Oberes Waldviertel Gmünd“**, Komm und tausche mit! Austausch interessierter Menschen, **A-3950 Gmünd**, Stadtplatz 40-42, Evas Naturkostladen, Info: Eva: 0680/2157502
- 25.-30. Juni, Mo-Sa, 9 - 20 Uhr, **Aus und Weiterbildung zum Energetiker/Spirituellen Heilerin** (Ausbildung 6 Tage) Referent: Norbert Feilhaber, **A-3754 Irnfritz- Messern**, Trabenreith 22, Info: Elisabeth Feilhaber, 0676 / 39 255 39, feilhaber@utanet.at

Juli

27. - 29. Juli, Fr, Sa, So: **"Natur - Musik - Stille"** in **Kirchberg/ Wechsel** mit Elisabeth Bock, Kosten: € 290 incl Unterkunft. u Verpflegung. Lass Dich inspirieren von den Elementen der Natur, Deinem musikalischen Ausdruck und unserem Zusammenspiel! Anmeldung: 0664 / 39 26 956, elboklang@gmail.com

Cambridge Weight Plan

Abnehmen - Machen wir zusammen

☒ **Lieblingshose**

☒ **Sport machen**

☒ **Wohlfühlen**

Cambridge Weight Plan -
Ihr Weg zum Wunschgewicht!

Effektiv, gesund, nachhaltig. Ihr unabhängiger
Cambridge Weight Plan-Berater begleitet Sie
gerne persönlich und berät Sie individuell.

Jetzt anrufen!

Irmgard Hochleitner
3945 Hoheneich
E-Mail: hochleitner.i@drei.at
Telefon: 0664 1742705

Elisabeth Novak
1190 Wien
E-Mail: info@erfolgreich-abnehmen.at
Telefon: 0699 17100237

www.cambridgeweightplan.de

www.facebook.com/CambridgeWeightPlanDe



28. Juli, Samstag, 11 - 22 Uhr, **Tag der offenen Tür Verein LebensWandel**

Workshops, Vorträge, Infostände, Wir laden ein bei einem fröhlichen Zusammensein, Austausch, kulinarischen Köstlichkeiten, usw. einen gemütlichen und interessanten Tag zu verbringen, Ort/Info: Zentrum LebensWandel, **A-3121 Karlstetten**, Merkinger Weg 20, 0676 / 76 41 740, zentrum@lebenswandel.at

29. Juli, Sonntag 18 Uhr, Sa. 4. Aug., mittags, **„Mythos der Landschaft, Wachau Österreich“**, Druidische Sommerwoche, weit werden die Sinne, um die uralte Schrift zu lesen, die aus Fels und Baum, aus der Erde und dem Himmel zu uns spricht, tief wollen wir in das Mysterium von inneren und äußeren Landschaften eintauchen. Gemeinsam auf einer spirituellen und heiteren Abenteuerreise! € 650,- Info: Ingrun Fürnsinn metamorphose@a1.net, www.metamorphose.jetzt

August

3. bis 5. August, Fr. - So., **Lerne den neuen Kraftort am Seebach kennen – Verschiedene Workshops bei den Kennenlertagen** im Seminarhaus Gaugusmühle, **A-3814 Aigen 3**, www.gaugusmuehle.at, Info und Anmeldung bei Monika unter 0650 / 77 83 284

25. Aug., Samstag, 10 - 22 Uhr, **Trommelworkshop „Rhythmus und Kraft“**

Trommeln, um seinen inneren Klang und Rhythmus zu finden und zu erleben, Feuerritual und Trommeln am Lagerfeuer, Keine Vorkenntnisse erforderlich, Trommeln sind vorhanden, Ort/Info: Zentrum LebensWandel, **A-3121 Karlstetten**, Merkinger Weg 20, 0650 / 56 57 565, zentrum@lebenswandel.at

Vorschau September

01./02. Sept., Sa/So, 10 - 17 Uhr, **„Dein Leben wird leicht“ – Transformationsworkshop**, Auch körperliche Themen werden hier berücksichtigt. 200 tiefgehende Transformationen an nur 2 Tagen, Leitung: Sieglinde Bichler, Ort/Info/Anmeldung: Zentrum LebensWandel, **A-3121 Karlstetten**, Merkinger Weg 20, 0676 / 76 41 740, zentrum@lebenswandel.at

22. September 2018, **Baj-Pendel Hilfe zur Selbsthilfe - Tagesworkshop** mit Karin und Peter Klein, Seminarhaus Gaugusmühle, **A-3814 Aigen 3**, www.gaugusmuehle.at Info und Anmeldung bei Monika unter 0650 / 77 83 284

29./30. Sept., Sa/So, 9 - 18 Uhr, Start: **Heilbegleiter-Lehrgang** - 4 Module, 3 Wahlseminare, Abschluss mit Zertifikat, Selbsterfahrung/Selbstheilung, Infoabend am 06. September um 19.00 Uhr, Leitung: Sieglinde und Leopold Bichler Ort/Info/Anmeldung: Zentrum LebensWandel, **A-3121 Karlstetten**, Merkinger Weg 20, 0676 / 76 41 740, zentrum@lebenswandel.at

Ferien
mit schwer-mehrfachen Beeinträchtigungen

Info: +43 / 664 / 101 8995 Stoifl Birgit (Vereins Obfrau)

**Ferien
ohne
Handicap**



„Ein Haus wird
gebaut
aber ein
Zuhause
wird geformt.“

*Hazrat Inayat Khan,
(1882 - 1927)*



Tischlerei Ableidinger

Inspirationen

in jedem wohnraum

3852 Ruders 15 · www.inspirationen.eu

Was uns ausmacht....

Wir sind gute Tischler,
liefern hervorragende
Qualität, bestechen durch
Kundenzufriedenheit...
Ja genau, das alles dürfen
wir uns an unsere Brust heften.

Und genau diese Eigenschaften hört man von den meisten Handwerkern
wenn man nach deren Qualitäten fragt. Da wollen wir den Bogen noch
etwas weiter spannen. Wir **lieben** unser Talent, wir tischlern aus
Leidenschaft.

Aber Moment, Leiden-schaft... schafft Leiden. Wer will schon Leiden
schaffen? Daher wollen wir dem Begriff einem neuen Namen und eine neue
Bedeutung geben. Noch einmal zurück um ein paar Sätze. „Wir **lieben**
unser Talent, wir tischlern aus Freundschaft. Wir schaffen Freude. Das
Wort nur etwas verändert und es bekommt einen ganz neuen Glanz. Nun
zur Überschrift dieses Absatzes, -was uns ausmacht-....

Wir schaffen Freude.



HILFE, auf die es ankommt, kommt an!

Unterstützungsprojekte

Rotary-Club Zwettl

Österreich – Uganda

Rotary Österreich Projektverein

Dr. Nicole Herout und DI Michael Schaller

Liebe Freunde, Geschäftspartner und Unterstützer unserer Sozialprojekte in Uganda!



Mit großer Freude dürfen wir euch berichten, dass wir am 23. November 2017 das Ländliche Gesundheitszentrum in Minani im Beisein von Premierminister Hon. Kivejinja Kirunda und der Gesundheitsministerin Hon. Sarah Opendi eröffnen konnten. Dieses wurde von uns, in Zusammenarbeit mit einem sehr engagierten Team vor Ort, und mit der finanziellen Unterstützung vieler Freunde in

nur 3 Jahren ausgebaut, eingerichtet und jetzt in Betrieb genommen

Zur Instandhaltung des neu renovierten Gebäudes wird ein Heilkräutergarten angelegt. Die dort geernteten Heilkräuter werden dann im Gesundheitszentrum selbst aber auch in den umliegenden Zentren zum Verkauf angeboten. Dies ist sehr wichtig, da einerseits die Medikamentenversorgung in dieser abgelegenen Region schlecht ist und andererseits das Projekt Einnahmen benötigt um den Erhalt langfristig zu gewährleisten.

Unser neues, nächstes Ziel ist die Sanierung und Erweiterung der Volksschule in Minani. Sie liegt genau vis-a-vis des Gesundheitszentrums und ist in katastrophalem Zustand. Durch die Sanierung soll auch ein Raum als Seminar- und Vortragsraum adaptiert werden um den Heilkräuteranbau auch in der Umgebung zu initiieren. Die Sanierung, Adaptierung und Erweiterung würde ein starker Impuls in der Region sein. Wir hoffen, mit eurer Hilfe dort nicht nur die vorhandenen Räume zu sanieren, sondern auch 4-6 Schulklasse zubauen zu können, sodass wir die Klassengröße auf ca. 50 Kinder /Klasse reduzieren können, damit dort auch effizient unterrichtet werden kann.



Unser Spendenkonto mit steuerlicher Absetzbarkeit lautet:

IBAN: AT113200001011657699
BIC: RLNWATWW
Kontoinhaber: Rotary Österreich Projektverein

Wir danken allen Unterstützern, Spendern und Pateneltern!

Nicole & Michael