

Nr. 21 Jän. - April 2019

Sunnseitn

VEREIN FÜR
GESUNDHEIT UND BEWUSSTSEIN



Kostenlos Non Profit Vereinszeitung

Öffne deine Herzenstür | Zeit des Erlachens
Hormone- lebenswichtige Botenstoffe
Übersäuerung - was tun ? | Epstein-Barr-Virus / EBV
Wesensgemäße Bienenhaltung | Neu sehen lernen



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.

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 Mai bis August 2019 ist **So.07.April 2019, Erscheindatum Di.07. Mai 2019.**

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>.

Glück, Gesundheit und Frieden wünschen wir unseren LeserInnen

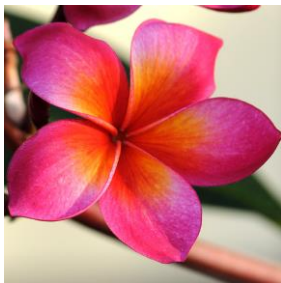
Elisabeth Susanna & Norbert O. M. Feilhaber

Elisabeth Susanna: Klangschaalenpraktikerin,

... den Weg des Herzens folgend ...

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

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



Sunnseitn

Herausgeber, Verein Sunnseitn, ZVR-Zahl 1 596935419. Redaktion, Layout und verantwortlich für den Inhalt der Zeitschrift, Vertreter & Gründer: Elisabeth S. & Norbert Feilhaber, Trabrennreith 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

- Dr. Jasmin Azizian
- 04 **Hormone- lebenswichtige Botenstoffe**
Veronika Schwed
- 06 **Gedanken einer Großmutter**
Andrea Klotz und Henri Brugat
- 08 **Zeit des Er- Lachens, Neues vom Lachzentrum**
Kamira Eveline Berger
- 09 **Kennt Ihr Euch aus? Neues vom spannenden Zeit- Mix!**
Maria Rückert-Hammer
- 10 **Deine Darmbakterien- dein seelisches Wohlbefinden**
Silvia Edinger
- 12 **Philosophieren mit Kindern**
Verein Bienenschutzgarten
- 13 **Wesensgemäße Bienenhaltung**
Norbert O. M. Feilhaber
- 14 **Erfahrungsbericht Epstein- Barr- Virus**
Alois Gruber
- 16 **Via Francigena, der alte Frankenweg**
Gemeinnütziger Verein Sunnseitn
- 18 **Gesunde Gemeinde Irnfritz- Messern**
Heike Tuidar & Alexs Wessely
- 20 **Marie auf ihrem Weg**
Shubash
- 22 **Neu sehen lernen**
Margot Wendt
- 24 **Öffne deine Herzenstür**
Daniela Braunsteiner
- 26 **R:E:S:E:T sanftes Kiefergelenk**
- 27 **Veranstaltungsprogramm**
- W³ **Sunnseitn im Web** Copyright Foto Top, www.Sunnseitn.info
by Peter Hatzfeld Sundownon-Huey, www.picasaweb.google.com/peterhatzfeld

Mein Extra-Markt

Nah & Frisch

Rudolf Zotter, Irnfritz

Bahnstraße 5
3754 Irnfritz
02986/6226

office@kaufhaus-zotter.at
www.kaufhaus-zotter.at



Hormone - lebenswichtige Botenstoffe

Diese definieren uns als Frauen und Männer, steuern unsere Körperfunktionen, und sind maßgeblich an unserer emotionalen Verfassung und unserem Wohlbefinden beteiligt. Nur wenn unsere Hormone in Balance sind, fühlen wir uns wohl in unserer Haut, haben wir viel Energie und Lebensfreude. Hormone spielen eine zentrale Rolle bei Themen wie Gewicht, Vitalität, Laune, Körperbild, Wohlbefinden und wie schnell wir altern. Die wichtigsten sind: Progesteron, Östrogene, Cortisol, DHEA das Jungbrunnenhormon, Testosteron, Schilddrüsenhormone.

Im heutigen Teil widmen wir uns näher dem Östrogen

Östrogene sind jene Hormone, welche uns zur Frau machen. Rundungen, Weiblichkeit, Gefühle, unser Zyklus usw. Östradiol ist der Hauptvertreter der Östrogene.

Es ist das weibliche Fruchtbarkeitshormon, fördert den Aufbau der Gebärmutterschleimhaut und den Eisprung. Die ersten 10 bis 14 Tage im Zyklus stehen unter dem Einfluß dieses Hormons. In der Mitte des Zyklus erreicht es seinen Höhepunkt, in der zweiten Zyklushälfte dominiert das Progesteron. Östradiol befeuchtet die Schleimhäute, bindet Flüssigkeit in der Haut und schützt vor Herz/Kreislaufkrankungen.

Im Wechsel nehmen sowohl Progesteron als auch Östradiol ab. Der rasche Abfall von Östradiol im Wechsel ist mit ein Hauptgrund für Osteoporose, Hitzewallungen, Faltenbildung, Stimmungsschwankungen, Haarausfall, Libidoverlust, Gewichtszunahme etc. Sehr häufig kommt es heutzutage zu einer Östradiol-Dominanz durch Lebensstil und Umweltfaktoren. Unser Ziel ist es, die Hormone natürlich zu unterstützen und in Balance zu halten.

Wie stimulare ich Östrogene auf natürliche Weise im Wechsel:

- viel Gemüse und Obst (zuckerarme Sorten) essen
- viele Faserstoffe !!!
- Mineralstoffe und Vitamine bilden das Grundgerüst für eine genügende Hormonproduktion. Allen voran Vitamin C, B-Vitamine, Magnesium, Zink, Selen
- weiters ist die Abdeckung mit essentiellen Aminosäuren sehr wichtig
- Gesunde Fette und Öle sind der Grundbaustein der Steroidhormone, da diese aus gesundem Cholesterin gebildet werden.
- Gelee Royale: der Bienenköniginnensaft ist ein Jungbrunnen und reich an Vitalstoffen. Auch Blütenpollen sind sehr nährstoffreich und wertvoll.

- Vitalpilze: **Coryceps**, stärkt Ausdauer, Immunsystem, Libido etc.

Reishi: Pilz der Unsterblichkeit, ist sehr antioxidativ, vermehrt die Glutathionbildung.

Beschwerden einer Östrogendominanz:

Migräne, Depression, Gewichtszunahme und Wassereinlagerung, Osteoporose, erhöhtes Krebsrisiko, Launenhaftigkeit, Angstzustände, Reizbarkeit, Schilddrüsenfunktionsstörung, Zystenbildung in Brüsten und Eierstöcken, Brustspannen, PMS, geringe Libido, Endometriose, starke und ausbleibende Blutungen

- **Behandlungskonzept:**
- Speichelhormontest
- Hormonregulation (nur auf ganzheitlicher Basis, bioidente
- Hormoncremen, bioidente homoöpathische Cremen und Globoli,
- Ätherische Öle, Nahrungsergänzungen: Kräuter und Tees etc.
- Regulierung der Nebennierenrinde
- Stressmanagement
- Ernährung



Beim Workshop tauchen wir in die Welt der Hormone ein und es werden die wichtigsten Zusammenhänge auf einfache verständliche Weise erklärt. Der Speicheltest ist die wirksamste Methode, um unsere Geschlechts- und Stresshormone zu testen. Aufgrund der Werte wird eine Therapie mittels natürlicher Substanzen zusammengestellt.

Autorin: Frau Dr. Jasmin Azizian (Ärztin für Allgemein – und Ganzheitsmedizin)

Sie möchten mehr darüber wissen? Nähere Informationen dazu beim Workshop am 16. März 2019 von 14 bis 17 Uhr mit Frau Dr. Jasmin Azizian im Hotel Sole-Felsen-Bad, Gmünd – siehe auch im Veranstaltungskalender.

Kursgebühr: € 50,00 inklusive Unterlage – Anmeldung bei Gertrud Weiss

VGK-Obfrau: DGSK Elfriede Kainz
Tel. 02852/83 673

VGK-Schriftführerin: Gertrud Weiss – Anmeldung/Info Tel. 0676/41 55 708



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

Gedanken einer Großmutter: Zu- trauen

Um meine Enkelkinder im häuslichen Unterricht gut und vielfältig auf die jährlichen Externistenprüfungen vorzubereiten, nehme ich auch immer wieder die staatlichen Schulbücher zur Hand um das Eine oder Andere zu verwenden. Immer wieder bin ich von der Platitude der sich darin befindlichen Geschichten erschüttert. Besonders in Erinnerung ist mir, was ich in der Vorbereitung des Martinsfestes fand: Da wird im Lesebuch der 2. Klasse eine Geschichte über „die Martinslaterne“ erzählt. Etwa in der Mitte heißt es: „Fröhlich gehen die Kinder durch die Straßen. Nur ein kleiner Junge schluchzt. Sein Licht in der Laterne ist ausgegangen. Ein großes Mädchen schaut nach. ‚Schade, die Batterie ist leer‘, ruft sie.“ (Zitat aus: Lesebuch. Frohes Lernen)



Als ich das las, war ich wirklich erschüttert: Nicht nur, dass LEIDER immer weniger Kinder lernen, achtsam eine kleine Kerze zu tragen, sie vor dem Wind zu schützen und vorsichtig dabei zu gehen, es wird auch schon im Lesebuch vorgegeben, dass das so gehört! Was für ein Jammer, dass wir den Kindern nicht mehr diese sorgsame Haltung zutrauen und ihnen so die wunderbare Erfahrung nehmen, das Licht wirklich behütet zu haben!

Nun, hier ging es um Kinder der Volksschule. Ein ähnliches Erlebnis hatte ich als Religionslehrerin in der HLW, wo Jugendliche ab 15 Jahren unterrichtet werden, die in der Küche (mit scharfen Messern!) arbeiten, die flambieren lernen und denen man meiner Meinung nach generell schon ein wenig zutrauen sollte, denn schließlich wählen diese jungen Menschen ab 16 eine Regierung und dürfen ab 17 Autofahren. Nun, bisher war es üblich, dass in jeder Klasse ein Adventkranz mit Wachskerzen stand, die von Lehrenden angezündet und dann wieder ausgeblasen wurden. Kein Problem, sollte man meinen. Leider war das heuer allerdings nicht mehr möglich. Keine brennenden Kerzen. Nun, wir Religionslehrerinnen konnten wenigstens erwirken, dass wir mit Kerzen in Gläsern von Klasse zu Klasse gehen und die LED-Lichter in unseren Stunden durch richtige Flammen ersetzen dürfen. Aber: Ist das nicht ein Armutszeugnis? Wie sollen sich junge Menschen ernst genommen fühlen, wenn wir ihnen nichts zutrauen? Und wie sollen Kinder denn lernen, z.B. auf Feuer gut aufzupassen, wenn wir ihnen nur mehr elektrische Lämpchen vorsetzen und so tun als wäre das echt?

Szenenwechsel: Am Eislaufplatz. Ich gehe im Winter einmal in der Woche mit sechs meiner Enkelkinder eislaufen. Alle haben sie qualitätvolle Ledereislaufschuhe, die ihnen guten Halt geben. Sie sind warm angezogen, aber „plastikfrei“, also in Walk-

Jacken und -hosen, eine Strickhaube auf dem Kopf. Sie wissen, dass auch Niederfallen gelernt werden muss, passen aufeinander auf und fahren geschickt und flott. Sie können sich in dieser Kleidung gut bewegen, schulen ihr Körpergefühl und haben Freude an der Bewegung an der frischen Luft.

Allerdings wundere ich mich, wie andere Kinder aufs Eis geschickt werden: So viele kleine Michelin-Männchen kommen daher, in dicken Schioveralls, an den Füßen oft zu große Plastikschuhe, die schlechten Halt geben und am Kopf einen Helm. Diese Kinder können sich in der Montur kaum bewegen, tapsen wie Bären übers Eis, fallen um wie Pflöcke und können kaum wieder selber aufstehen.

Ich wundere mich! Ich selbst habe als Kind Eistanz gelernt und war im Winter täglich am Eis. Drei meiner vier Töchter übten Kunsteislauf als Leistungssport aus, mit 15 Stunden Training die Woche. Keine von uns wäre auf die Idee gekommen, das in so einem Outfit zu versuchen!



Informationen aus erster Hand:
**Entscheidungen werden bei uns
dort getroffen, wo sie gebraucht
werden. Vor Ort. In Ihrer Region.**

**Wissen Sie eigentlich, ob Ihre Bank Sie
überhaupt kennt?**

Ihre Wünsche und Pläne? Und wo wichtige
Entscheidungen getroffen werden? Uns ist es
wichtig, über Konditionen und Kreditzusagen
dort zu entscheiden, wo sie gebraucht werden.
Vor Ort. In Ihrer Region.

Weil man Sie hier am besten kennt.

SPARKASSE
Horn-Ravelsbach-Kirchberg

Was zählt,
sind die Menschen.

Was ich damit sagen will? Ich bin definitiv NICHT gegen sinnvolle Sicherheitsmaßnahmen! Aber BITTE trauen wir doch den Kindern auch etwas zu! Lassen wir sie doch auch selbst Erfahrungen machen und auch eigene Grenzen kennenlernen! Wir werden sie nicht immer vor allem bewahren können. Da ist es doch besser, sie erproben sich Schritt für Schritt, lernen mit der eigenen Kraft umzugehen und auch mit Gefahren, die von außen kommen. Natürlich ist Feuer gefährlich, aber vor allem dann, wenn man nicht gelernt hat, achtsam zu sein!

Ich wünsche Ihnen und vor allem allen Kindern Zu-Trauen und Zu-Mutung, damit sie sich selbst trauen können und mutig ins Leben gehen!

Herzlichst,

Veronica Maria Schwed, Tel.: 0676/43 06 856

ZEIT DES ERLACHENS

unser Beitrag für eine fröhlichere Welt!

Ein Ausschnitt aus unserem Lachbuch – für die praktische Anwendung von: Frohmüt



Mittels lachen, auch künstlich, befreie ich mich von meinen Humorkillern und meine Wahrnehmung öffnet sich. Das ist nicht die Lösung zum Problem, aber das gibt mir Energie, um das Problem anders zu betrachten. Der Berg ist nicht mehr so hoch, so mächtig, so bedrohlich und so nah. Der Berg schrumpft zum Maulwurfshügel. Wenn ich in einem meiner Humorkiller feststecke, zum Beispiel im Stress, habe ich nur eine Perspektive und ich fühle mich fast "verschmolzen" mit dem Stress. Humor eröffnet mir neue Horizonte und multipliziert die Blickwinkel. Er erleichtert mir das Leben und zwar gleich, unmittelbar jetzt, sofort auf der Stelle. Mit Humor schaffe ich Distanz und ich habe die Chance, mich aus der "Verschmelzung" zu lösen.

Humor und Lachen befreien, das haben schon viele Mächte in unserer Geschichte bekämpft und sogar versucht es zu vernichten, was, wie wir alle jetzt wissen, nicht gelungen ist. Im Gegenteil: Humor schafft eine gemeinsame Sprache! Lachen ist in sich ein Lernprozess. Ich kann, mit Hilfe meinen Experimenten und Erfahrungen, Schlüsse ziehen, die mir erlauben, mir selbst näher zu kommen. Ich lerne mich besser kennen. Ich lerne mich auf Trab zu halten, mich zu unterhalten, zu erfreuen, zu schätzen, zu verführen und zu entzücken.

ICH SPIELE die Hauptrolle!

Wo gelacht wird, herrscht Leichtigkeit, Lebensfreude, Gesundheit, Glück, Frohmüt, Harmonie und Frieden, denn Humor verbindet die Menschen. Bei Humorunterversorgung bieten Lachverständige Klogat und Brutz Erste Hilfe an. Eine LACHKUR. Ihre persönliche Lachkur. Eine Maßanfertigung von uns für SIE. Kommen Sie zu uns ins Lachzentrum. Wir stehen zu Ihrer Verfügung in einem KOSTENLOSEN Lachgespräch. In dieser Beratungseinheit finden wir heraus, ob wir (Sie und wir) auch füreinander geschaffen sind. Haben Sie noch Fragen? Schreiben Sie uns. Wir antworten. Tatsächlich. Auf unserer Webseite finden Sie unsere Kontaktdaten und den Link zum Buch: www.lachzentrum.net

Lachverständige Andrea Klotz & Henri Brugat
aus dem Lachzentrum in Pöchlarn wünschen: Fröhliche Zeit!

LACHEN SIE UND GEHEN SIE IHREN WEG
UND WENN ER ZU LANG WIRD, NEHMEN SIE SICH EIN TAXI



Kennt Ihr Euch aus? Neues vom total spannenden Zeit-Mix!

Derzeit leben wir laut der MAYA-Zeitschablone „Dreamspell“ im letzten der 13 ROTEN MOND-Jahre. Man sollte allerdings wissen, dass es rund um Zyklen-Wechsel immer Übergangsphasen gibt, wo entweder beide Zeitqualitäten gleichzeitig wirken oder sie sich in kurzen Schüben bzw. längeren Phasen abwechseln. Dass das zu mentaler Verwirrung, emotionaler Instabilität und unsteter Lebensweise führen kann ist logisch. Zusätzlich steuern wir auf eine außergewöhnliche 13-jährige Phase zu und stehen kurz vor der Landung (ab 26.7.2019-24.7.2032)! Ihr Name: WEISSER MAGIER.

Schauen wir uns nun genauer an, was gerade abgeht. Wir haben im **ROTE MOND** die höchste Stufe erreicht. Dies äußert sich z.-B. indem unser Terminkalender überfüllt ist. Wir erkennen, dass das Arbeitspensum enorm ist beobachten jedoch an uns, dass wir ganz easy Prioritäten setzen können, wir uns trotzdem kurze Regenerationsphasen gönnen, wir relativ stressstabil sind und die Dinge wunderbar funktionieren. Das war nicht immer so. Zumindest für eine kurze Zeit ist dieser heftige Flow völlig ok. Doch wir werden bereits unregelmäßig aber klar von der neu anbahnenden Zeitqualität erfasst. Der **WEISSE MAGIER** macht uns manchmal geistig abwesend, Zeitabläufe entziehen sich unserer Kontrolle, wir wollen Unangenehmes zunehmend vermeiden, Konflikte oder Missverständnisse entstehen, uvm. Und da dies für Viele veränderte Schwerpunkte darstellen, kann man sie noch nicht klar zuordnen bzw. eine passende Gangart dafür finden. Auch das ist für den Moment total normal. Die Schwierigkeit zeigt sich leider im schnellen Wechsel bzw. im alltäglichen Mix der beiden großen Zyklen. Bitte bleibt relaxt! Dieser Zustand geht selbst ohne große Lösungs-Anstrengungen bald vorüber. Das pendelnde Spannungsfeld kann sich zwar bis 24.7.2019 weiter steigern, jedoch ab 26.7. weht 100%ig ein anderer Wind und wir können uns dann konzentriert auf das Neue ausrichten. Ihr erfährt mehr darüber im nächsten Artikel. Also 3 Tage MOND-Völlerei => 2 Tage MAGIER-Fastenzeit => 3 Tage MOND-Völlerei => 2 Tage MAGIER-Fastenzeit. Passt richtig genial zum aktuellen Trend des „Intervall-Fastens“! ; -))

So wünsche ich Euch wieder von Herzen viel Erfolg & Spaß mit der derzeitigen
ZEIT-SCHAUKELE! Eure KAMIRA

KAMIRA Eveline Berger - 0699/1262 01 96 – www.lichtkraft.com

Deine Darmbakterien Dein seelisches Wohlbefinden

70% aller Immunabwehrzellen sitzen im DARM. Bei einer langfristigen Veränderung des gesunden Darmmilieus verschieben sich die Bakterienkulturen wodurch sämtliche Organe in Mitleidenschaft gezogen werden.

Dein Gehirn und deine Psyche leiden. Mentale Erschöpfung, depressive Zustände, Stimmungsschwankungen etc. sind mögliche Folgen.

Vergiss nie: 80% – 90% des Glückshormons Serotonin befinden sich im Verdauungstrakt.

5Rhythmen in Krems
mit Romana Tripolt & Claudia R. Pichl



Langenloiser
Straße 4
3500 Krems

Fr. 1.3.
Fr. 12.4.
Sa. 18.5.
Fr. 7.6.
Fr. 28.6.

18:30 - 20:30h

Keine
Vorkenntnisse
erforderlich!

Beitrag: € 20,
mit Anmeldung € 18
Sozialpreis € 15

Weitere Informationen:
www.soulrhythms.at
Anmeldung:
soulrhythms.seminarorganisation.info



Nur wenn dieser gut funktioniert, kannst du anhaltend glücklich sein!

Der Darm spiegelt die Gesundheit, aber auch Erkrankungen des gesamten Körpers wider.

Deine Darmbakterien
Dein Schlüssel zur Gesundheit

Unser Verdauungssystem beginnt im Mund und endet mit der Ausscheidung am After. Der Darm ist ein ca. sieben Meter langes Schlauchsystem mit einer Oberfläche von mehr als 300 Quadratmetern. Das entspricht der Größe

eines Tennisplatzes. Eine gesunde Darmflora produziert selbst viele wichtige Vitamine und Mineralstoffe. Eine Zunahme von ungesunden Bakterien und Pilzen ist der häufigste Verursacher eines schwachen Immunsystems und der Beginn einer Übersäuerung im Körper. Eine optimale Darmflora liefert gesunde Nährstoffe für die Zellen und ermöglicht auch eine gute Ausleitung von Schad- und Schlackenstoffen aus dem Körper.

Deine 100 Billionen Mikroorganismen, die in deinem Darm leben, sorgen für Gesundheit, gute Laune und ein besseres Gedächtnis!

Wenn der Darm nicht optimal arbeitet, werden die Stoffwechselendprodukte über die Hilfsausscheidungsorgane Schleimhaut und Haut ausgeleitet. Dies führt zu großen Belastungen und verändert dein Hautbild negativ.

Funktioniert dein Darmstoffwechsel optimal, kannst du dich an einer schönen, strahlenden Haut im Gesicht und am Körper, an gesunden, glänzenden Haaren sowie an starken, gesunden Nägeln erfreuen.

Zudem ist ein optimaler Darmstoffwechsel eine wesentliche Grundlage für einen erholsamen Schlaf und gute Vitalität.

Wer auf einen gesunden Darm achtet, beugt vielen Krankheiten vor

Durch eine verschobene Darmflora und ungünstige Ernährung können Umweltgifte, Säuren und Schlackenstoffe nur teilweise ausgeleitet werden.

Dies sorgt langfristig für unsere typischen Zivilisationserkrankungen wie beispielsweise:

- Verdauungsstörungen
- Nahrungsmittelunverträglichkeiten
- Ablagerungserkrankungen
(Fersensporn, verkalkte Schultern, rheumatische Erkrankungen)
- Entzündliche Prozesse
- Erschöpfungszustände
- Leistungsschwäche
- Haarausfall und stumpfe Haare
- Hautirritationen
- Libidoverlust ...

Mit diesen Themen sind wir heute immer wieder konfrontiert und wissen nicht mehr, wo wir ansetzen sollen.

Gerne stehe ich dir unterstützend zur Seite!

Autorin: Maria Rückert-Hammer, www.darmvita.at

Philosophieren mit Kindern



Wenn man das Wort „Philosophie“ hört, denken viele an alte Männer mit weißen Bärten, die, in wallende Gewänder gehüllt mit Studenten diskutierend durch griechische Gefilde wandeln. Dieses Bild können sie getrost ins Archiv schieben- es hat sich dahingehend gewandelt, dass sich heutige Zugänge zur Philosophie geändert haben. Zu lernen, die richtigen Fragen zu stellen, wissen wollen, woher man kommt und wohin man gehen möchte, bietet schon Kindern und Jugendlichen ein reiches Betätigungsfeld.

Meinungen gelten lassen, sich gemeinsam einem Thema annähern, ist für Kinder und ihre Begleiter ein spannender Prozess. Das Philosophieren mit Kindern setzt bei der angeborenen Neugier von Kindern an. Es soll die Freude am eigenständigen Denken gefördert werden, ohne bei Faktenwissen hängen zu bleiben. Es gibt nur zwei Voraussetzungen für das Philosophieren: Neugier und Sprachfähigkeit. Von Geschichten ausgehend soll Selbstverständliches hinterfragt werden, Gespräche angeregt und Möglichkeiten zur Umsetzung in Wort und Bild geboten werden. Für Lehrer, interessierte Eltern und andere Erwachsene gibt es die Möglichkeit, sich in einem Lehrgang der Philosophie anzunähern oder sich bei einem philosophischen Praktiker im Gespräch den Fragen des Lebens zu stellen.



Autorin: Silvia Edinger, www.denkspuren.com



Petra, Weintögl
0664/73 61 66 79



Basiskurs für wesensgemäße Bienenhaltung in der Waldviertler Gauguschmühle

Immer mehr Menschen fühlen sich berufen, Honigbienen naturnah und wesensgemäß zu halten. Es geht ihnen dabei nicht um maximalen Honiggewinn, vielmehr möchten sie einen wirksamen Beitrag zum Bienenschutz und zum Erhalt der Nahrungsgrundlage und Artenvielfalt leisten.



Naturwabenbau Copyright Bienenschutzgarten



Eine wesensgemäße Bienenhaltung betrachtet das Bienenvolk oder den BIEN als Gesamtorganismus und innige Einheit und respektiert seine Bedürfnisse und Lebensäußerungen. Dazu zählen Naturwabenbau, Schwärmen, Überwintern auf eigenem Honig, Verwandtschaft der Königin mit ihrem Volk, Bienenwohnungen aus natürlichen

Materialien uvm. Bei der Betreuung und Begleitung steht immer die natürliche und harmonische Entwicklung des Bienenvolkes im Mittelpunkt.

Der Bienenschutzgarten bietet allen Interessierten Anfang Mai einen zweitägigen Basiskurs für wesensgemäße Bienenhaltung in der Waldviertler Gauguschmühle an.

Der Basiskurs eignet sich für alle, die mit naturnaher Bienenhaltung beginnen möchten, oder bereits Bienen konventionell halten, jedoch nach Alternativen suchen. Im Kurs werden nicht nur die fachlichen Grundlagen für eine wesensgemäße Bienenhaltung vermittelt, sondern auch der innere Zugang zum Bienenwesen.

Autor: Verein Bienenschutzgarten

31. Mai - 2. Juni 2019 Basiskurs Wesensgemäße Bienenhaltung. Der Kurs beginnt Freitag abends um 19 Uhr und endet Sonntag um 14 Uhr.

Im Kurs erhalten Sie die fachlichen Grundkenntnisse für eine wesensgemäße Bienenhaltung. Wesensgemäß bedeutet, dass die Haltung und Pflege dem Wesen des Biens (das Bienenvolk als Organismus, als unteilbar Ganzes) so gut wie möglich gerecht wird.

Alle Termine für Folgekurse und Praxistage unter www.bienenschutzgarten.at

Waldviertler Seminarhaus Gauguschmühle, Aigen 3, A-3814 Aigen bei Raabs

Web: www.gauguschmuehle.at

€ 160,- / Mitglieder € 120,-

E-Mail: info@bienenschutzgarten.at oder: 0 34 62 / 346 86

Epstein-Barr-Virus / EBV

Erfahrungsbericht von Norbert O. M. Feilhaber



Im Sommer 2018 bin ich auf das Thema Epstein-Bar-Virus, kurz EBV genannt, gestoßen und möchte meine Erfahrung über diesen unangenehmen Zeitgenossen mit euch teilen.

Hier ein paar Eckdaten aus dem Internet/Bücher:

Seit 1964 ist das EBV der Medizin bekannt.

Mehr als 90 Prozent der Bevölkerung infizieren sich im Laufe des Lebens mit dem Virus. Das EBV-Virus hat 60 Untergruppen und ist im Blut oft gar nicht nachweisbar, da es sich z.B. in den Organen aufhält. Mehrere Phasen der Virusentfaltung sind zu beobachten. Bei vielen Menschen tut sich nichts Auffälliges im Körper, bei andern sehr wohl.

Übertragung:

Über Eltern-Geburt, Transfusion, beim Essen zubereiten schneidet sich der Koch in den Finger . . . Körperflüssigkeiten – Sex, womöglich reicht schon ein Kuss aus...

Hinweise für EBV: Symptomatik ohne greifbare Ursache, an welchen das Virus beteiligt sein kann:

Chronische Müdigkeit bis hin zur Erschöpfung, Chronische Themen wie: Husten, Ausschläge, Juckreize, Schmerzen, Schwellungen ohne Ursache . . .

Schmerzen der Muskulatur, Gelenke ohne Ursache,
Engegefühl z.B. im Brustraum, Pfeiffersches Drüsenfieber,
Hepatitis C, Schilddrüsenerkrankungen mit Folgen...,
Entzündung des Zentralnervensystems mit Folgen...,
Kopfschmerz – Migräne...

Tinnitus, Schwindel, Borreliose, Asthma, Schlaflosigkeit, Herzrasen, Hyperaktivität
Und vieles mehr... Also jegliches Unwohlempfinden ohne greifbarere Ursache.

Simple Lösung wie wir das Virus los werden:

Entziehen wir dem Virus seine Hauptnahrungsquelle, dann kann unser Immunsystem für uns den Rest machen.

Die Hauptnahrung des EBV sind **Schwermetalle** und **Antibiotika**.

Es geht darum, dass wir unsere angesammelten Schwermetalle aus unserem Körper rausbekommen. Und keine neuen zuführen. Eine Einnahme – Ausgabe Rechnung letztendlich. Wir benötigen „Stoffe-Elemente“ welche die Schwermetalle aus unserem Gewebe ausleiten und andere „Stoffe-Elemente“ damit die freigewordenen

Schwermetalle ausgeleitet-ausgeschieden werden. So einfach ist das. Dem EBV selber gebe ich gar keine Aufmerksamkeit.

Schwermetalle einleiten:

Bei der Geburt haben wir den Schwermetallanteil unserer Eltern – Großeltern usw. übernommen und in Laufe des Lebens ergänzt. Für werdende Mütter macht es besonders Sinn Schwermetalle auszuleiten.

Als Vegetarier esse ich keinen Seefisch (Fisch) und Fleisch. Da habe ich mir die letzten 35 Jahre viel erspart in Sache Schwermetalle und Antibiotika über Nahrung. In tierischen Produkten erwarte ich Antibiotika und Schwermetalle. In vegetarischer Nahrung erwarte ich eventuell Schwermetalle. Ich überlege mir gut wo ich was kaufe. Vieles bauen wir selber an.

Ich meide Nahrung in Metallverpackung. Ich verwende keine Alufolie zur Nahrungsverpackung. Industrienahrung meide ich.



Wie bekommen wir die Schwermetalle aus unserem Körper wieder raus - ausleiten:

Essen wir bestimmte Nahrungsmittel (Gemüse, Obst, Kräuter und Nahrungsergänzungsmittel, die Liste ist sehr lang) werden über diese die Schwermetalle auf natürlichen Weg ausgeleitet.

Fußbäder sind zu empfehlen. Also täglich gezielt ein paar von diesen Nahrungsmitteln essen und überlegen was führe ich zu. Mutter Natur meint es gut mit uns. So entziehen wir den EPV die Nahrungsgrundlage.

Wie lange dauert es bis das Virus aus unserem Körper draußen ist ?

Oder besser gesagt, die Schwermetalle ausgeleitet sind.

Menschen welche Vollgas geben bei der Ausleitung benötigen als Richtwert drei Monate. Machst du es pomale, dann 1-1,5 Jahre... Lösen sich chronische Symptomaten auf, werden besser... bist du am richtigen Weg.

Ich unterstütze die Ausleitung mit: Wilde Blaubeeren, Stauden- oder Stangensellerie, Spinat, Sprossen, Spargel, Korianderblätter, Petersilie, Knoblauch, Kokosöl, Ingwer, Himbeeren, Papaya, Marillen, Salat, Grapefruits, Grünkohl, Süßkartoffel... Katzenkralle, Kolloidales Silber, Zink, Vitamin B12, Spirulina, Süßholzwurzel, Rosmarin, L-Lysin, Zitronenmelisse, Curkumin... Omega 3 Fettsäuren, Cilantro (Korinaderkraut), Bärlauch, Magnesium... Abrunden tue ich die Ausleitung mit Traubenkernextrakt und organische Schwefelverbindung... Und bitte nicht vergessen klares Wasser trinken...

Autor: Norbert Oskar Maria Feilhaber,
Tel.: 0676 / 39 255 39, Web: www.Ganzheitliche-Energetik.at

Via Francigena (der alte Frankenweg)

Viele Pilgerwege durchziehen Europa und bieten Gelegenheit zum stillen Gehen, verweilen an magischen Plätzen und zu Begegnungen mit Natur und Menschen.

Pilgern führt zum einfachen Leben, zum Wahrnehmen der Gegenwart. Schlicht und einfach ist Pilgern Leben im Jetzt im Vertrauen auf Gott. Es führt zu innerer Ruhe und Ausgeglichenheit.

Jesus hat immer das aramäische Wort *humunata* verwendet, wenn der vom Glauben und Vertrauen gesprochen hat. Im Deutschen haben wir zwei Wörter. Gottvertrauen ist für den Pilger wichtiger als dogmatischer Glaube. Wirkliche Pilger erleben gerne die Stille, das Alleinsein, aber auch die Begegnung mit Pilgerfreunden. Selbsterkenntnis, Geborgensein in der Gnade Gottes, Freiheit und das Wahrnehmen der Gegenwart sind wesentliche Teile einer Pilgerschaft.



Brücke Pont Saint Martin

Heuer bin ich auf dem alten Frankenweg aufgebrochen (Via Francigena). Eigentlich führt der Weg von Canterbury nach Rom oder in der Gegenrichtung. Da Pilgern nicht an Beginn und Ende gebunden ist, habe ich in Lausanne am 1. Juli 2018 begonnen.



Fidenza Pilger auf dem Weg

Hier kreuzen sich Jakobsweg und Via Francigena. Dieser Weg wurde schon von den Römern und Franken als Handels-, Pilger- und Verkehrsstraße verwendet.

990 pilgerte der Erzbischof von Canterbury nach Rom, um sich vom Papst das Pallium, das Schulterband aus Wolle (Zeichen der erzbischöflichen Würde) abzuholen. Auf dem Rückweg hat er die 79 Tagesetappen genau beschrieben und so ist in der British Library in London eine Wegbeschreibung erhalten.

Der Weg führt von Canterbury, Dover, Calais, Reims, Besancon, Lausanne, Aosta, Pavia, Piacenza, Pontremoli, Lucca, San Gimignano, Siena und Viterbo nach Rom.



Sonnenblumen in der Toskana

Da ich den ganzen Jakobsweg von zu Hause nach Santiago und Finesterra gegangen bin, habe ich beschlossen von Lausanne nach Rom zu pilgern.

Dieser Weg gibt dir die Gelegenheit die nötige Einsamkeit zu erleben, die dich frei macht für die Wahrnehmung der Gegenwart!

Das Leben im Jetzt erlebte ich bei den einsamen Wanderungen zum großen St. Bernhard und durch die Poebene.

In Orio Litta gibt es das so genannte Transitum Padi, das ist die Überfahrt über den Po. Der Bootsmann Danilo betreut die Pilger und bringt sie über den Fluss.

Bürgermeister Pier Luigi hilft bei der Organisation. Vom Po gelangt man in die herrlichen Landschaften der Toskana. Man kommt in die Touristenmagnete Pietrasanta, San Gimignano, Lucca und Siena, findet aber auf den Wegen wieder die

Stille. Wenige Pilger gehen noch diesen Weg, doch trifft man auch die Pilgergemeinschaft wie auf dem Jakobsweg. Nach 44 Etappen erreichte ich am 13. August den Petersdom.

Dieses einfache Leben geht nun wie nach jeder Pilgerreise im wirklichen Leben weiter und so versuche ich weiter einfacher und Ich versuche alles intensiver Jetzt im Vertrauen auf Gott



Dom in Siena

bewusster zu leben.
wahrzunehmen und im
meine Tage zu leben.



Krypta von Abbadia San Salvador

Daher habe ich mir eine fast kontemplative Lebensweise angewöhnt, die viel Schlaf, viel Bewegung in frischer Luft, Meditation und Gebet, das Dasein für seine Mitmenschen und natürlich auch die Arbeit umfasst.



In Cellole „Pilgerleben

Geht einen Weg und ihr werdet euch finden, wenn ihr die Vergangenheit loslassen und wirklich die Gegenwart leben könnt, es steigen philosophische Gedanken auf, euer Leben wird euch klarer werden, ihr werdet eure Aufgaben in dieser Welt besser erkennen und zufrieden werden.

Solltet ihr euch für einen Weg entscheiden, wünsche ich euch Gottes Segen, ihr seid bei ihm geborgen, lasst euch nur darauf ein, es braucht außer dem Eingehen von wirklich guten Schuhen nicht viel Vorbereitung! Buen camino!

Autor: Alois Gruber aus Eggenburg,
Tel.: 0664/20 19 169, E-Mail: loisgruber@hotmail.com



Gesunde Gemeinde Irnfritz - Messern

In Zusammenarbeit mit
Gemeinnütziger Verein Sunnseitn



Donnerstag, 24. Jänner, 18:30 Uhr Mehrzweckhalle Irnfritz

**Vortrag: »Was macht eine Naturfriseurin
anders als die anderen?«**

Erstberatung und Bürstenmassage



Naturfriseurin Daniela Nebenführ erklärt 100 % reine Pflanzenhaarfarbe und 100 % reine Naturpflege-produkte. Für mich ist es wichtig das ich mir Zeit für meine Kunden nehme daher arbeite ich ausschließlich nach Termin Vereinbarung! Was zu mir als Naturfriseurin noch gehört ist eine Bürstenmassage sowie beim ersten Besuch eine auf die Bedürfnisse abgestimmte Erstberatung!

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

»Reiseziel Selbsterfahrung«

Autorenlesung aus dem Buch- Ratlosgeber

Autor: Pramesh Gerhard Kunz

Der Wunsch, das eigene Leben zu bestimmen, durchzieht die Biographie des Autors Pramesh Gerhard Kunz wie ein roter Faden. In den 1980er Jahren führt die Sehnsucht nach dem wahren ICH geradewegs in die Szene experimenteller Selbsterfahrung. Europa, Amerika, Asien, Australien – der Leser wird mitgenommen auf einer wahrhaft abenteuerlichen Reise in ferne Länder und unterschiedlichste Weltentwürfe. Eine humorvolle Erzählung über das Suchen und Scheitern, über das Weitergehen und Loslassen.



Dienstag, 5. März, 18:30 Uhr Mehrzweckhalle Irnfritz

Workshop

»Mit Qi Gong zu neuer Lebensenergie«

Seele – Geist - Körper Übungen

Meditation

Durch die Basisübungen des Qi Gong wird die eigene Lebensenergie gestärkt und das Leben verlängert. Der Körper wird durch den Qi Gong Zustand tief entspannt und bis in die feinsten Zellstrukturen neu belebt. 6 Einheiten zu je 1,5 Stunden.



Qi- Gong Wochenende 2019

Waldviertel - Wohlfühlviertel

Mai

Sa/So., 18./19. Mai



Juni

Sa/So., 18./19. Juni

Info: Elisabeth Feilhaber, 0676 39 255 39, feilhaber@utantet.at,
www.Ganzheitliche-Energetik.at

Gesprächsrunden Donnerstag: 14., 21., & 28. März,

Mehrzweckhalle Irnfritz

»Wertschätzende Kommunikation«
Bedürfnisse wahrnehmen



Aktives Zuhören, die Bedürfnisse des Gegenübers wahrzunehmen und seine eigenen zu formulieren führt zu einer wertschätzenden Kommunikation. In 3 Gesprächsrunden wird gemeinsam erarbeitet,

was den Umgang mit meinem GesprächspartnerIn ausmacht, um zu einem befriedigenden Ergebnis für alle zu kommen.

Workshop Samstag, 16. März 14 - 18 Uhr MZH Irnfritz

»Feng Shui für den Hausgebrauch«

Wie gestalte ich gesunde Lebensräume

Harmonisierung von Energie, Energieanhebung in Räumen, Vermeidung von negativen Energien und Symbolen, Elemente und Farbenlehre, wie gestalte ich Wohnräume optimal. Referentin: Sylvia Chochola, Qi Mag. Feng Shui



Donnerstag, 11./18./ 25. April, 18:30 Uhr MZH Irnfritz

»Interaktive Runden -Beschwingt durch das Leben«

Ballast abwerfen durch das innere Aufräumen



So wie es in der Wohnung wichtig ist aufzuräumen, bedarf es auch in unserem Inneren des Aufräumens. Alte Gedankenmuster und die zusammengehörigen Gefühle, die früher einmal nützlich waren, dürfen nun liebevoll überschrieben werden, mit unserem neuen Lebensplan und Lebensziel.

• Marie und der erste Schnee •



Heute ist der erste Schnee gefallen und Marie schaut fasziniert den Schneeflocken im Mondenschein zu. Es ist ein gutes Gefühl für Marie den Schneeflocken bei ihrem Tanz zu zuschauen. So ganz verspielt und entspannt wirbeln sie durch die Luft und sinken schließlich ganz friedvoll zu Boden,

Und ja, es ist Zeit geworden für den ersten Schnee, der gleichzeitig den Winter einläutet.

Nach dem Wachstum des Frühlings, der Blüte des Sommers und der Erntezeit im Herbst, ist es Zeit, dass Ruhe ins Jahr kehrt. Mit dieser Ruhe im Außen, der sanften Schneedecke über der Landschaft, kann auch Ruhe im Innen entstehen.

Marie kuschelt sich in dieser Zeit besonders gerne in ihre Lieblingsdecke, mit einem guten Buch und einem wunderbar aromatischen Tee. Sie genießt diese Tage in der Dunkelheit mit sich. Ab und zu stapft sie durch den Schnee und lauscht der Stille des Waldes.

Marie liebt diese Zeit des Rückzugs, der Stille, der Sanftheit.



• Der weiße Schnee als Symbol des Neubeginns. •

• Rückzug, Stille, Innenkehr. •

von Heike-Marie Tuider und Alexs Maria Wessely
weitere Geschichten von Marie unter www.marieaufihremweg.com

Ganzheitliche Energetik

HeilerInnen Jahresausbildung Zum/r LehrerIn oder Practitioner



Wir bieten eine fundierte **Jahres Aus-/Weiterbildung** mit Abschluss Zertifikat in 9 Wochenendkursen (200 Stunden) an, welche die vielfältigen Möglichkeiten **moderner Energiearbeit** (Körper-Geist-Seele) mit **Naturheilkunde** kombiniert.

Interessieren Sie sich nur für einzelne Aus-Weiterbildungen besteht die Möglichkeit diese in **Modulform** zu absolvieren.

Sie haben die Möglichkeit, 5 unterschiedliche Module zu besuchen. Somit können Sie Fertigkeiten, welche Sie bereits verinnerlicht haben mit Neuem ergänzen.

Nächsten Modul Termine:

- 6 Tage Modul: **Spirituelles / Geistiges HeilerInnen – Handauflegen**

Jeweils Sa. & So.: 9./10. Februar, 9./10. März und 6./7. April 19

- 5 Tage Modul: **Holistik Magnetik Pulsen - HMP**

Sa./So./Mo. 20.21.& 22. April (Ostern), 4./5. Mai 2019, Sa./So



Wir Menschen sind von Natur aus »multimedial« veranlagt! Um dieses ruhende Potential zu entfalten... aktiviere es... schalte es frei! Erlernen Sie Theorie und Praxis, für Ihre eigene Gesundheit und die Ihrer Mitmenschen - Klienten/Klientinnen.

Norbert O. M. Feilhaber
Ganzheitliche Energetik

Ganzheitliche Energetik

A-3754 Imnfritz bei Horn

Tel. Praxis: +43 (0) 676/39 255 39 oder +43 (0) 2986 / 64 64 9

E-Mail: feilhaber@utanet.at

Homepage: <http://ganzheitliche-energetik.at>

Feilhaber o. U. FN 409846 s

Firmensitz: Retreat Lebenskraft, A-3754 Trabrennfeld 22 | Gerichtsstand Horn



Neu Sehen lernen

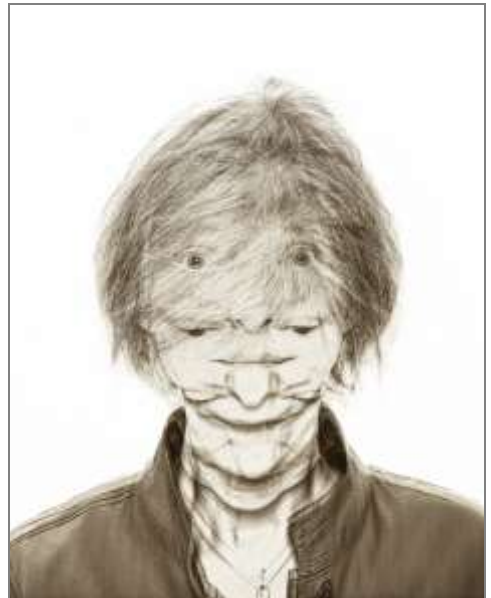
Fotografie als Selbsterfahrung

Wenn man bedenkt, wie viele Fotos gemacht werden (Schätzungen sprechen von knappen 3,3 Milliarden weltweit pro Tag im Jahr 2017), dann liegt die Frage nahe, wie man etwas derartig Belangloses so sehr schätzen kann, wie ich das anscheinend tue. –

Nun, die meisten dieser 1.200 Milliarden Aufnahmen des Jahres 2017 würde vermutlich auch ich für uninteressant und des Drucks auf den Auslöser nicht wert erachten. Sie wurden nur aufgenommen um sozusagen jemandem „Schau, schau!“ zuzurufen. Und kein Gedanke wurde daran verschwendet, wie man mit den beschränkten Mitteln eines zweidimensionalen, stummen, geruchs- und geschmacklosen Standbildes das unmittelbare Erleben an Ort und Stelle ausdrücken könnte. Aber solche gedanken- und gefühlslosen Knipsereien meine ich ja auch nicht, wenn ich von einer Fotografie schwärme. Die sind meist nicht einmal für den bzw. die Fotografierende länger als 2 Sekunden interessant.

Wer einmal bei einer gemeinsamen Bildbetrachtung, beispielsweise im Zuge eines Foto-Workshops, erlebt hat, wie individuell achtsame Fotografien ausfallen können, die zur selben Zeit am selben Ort von verschiedenen Leuten aufgenommen wurden, der bekommt eine Ahnung davon, dass jede Sichtweise, auch seine eigene, einzigartig ist: „Keine*r sieht es so wie du!“ Bemerken kann ich das aber nur, wenn ich mich mit anderen vergleiche, ich brauche den Ausdruck der anderen um meinen eigenen als solchen zu erkennen. Zu erkennen, dass hier keine Tatsache aufgenommen wurde, sondern das Wechselspiel zwischen Motiv und Fotograf*in eine von vielen möglichen Interpretationen ergab. In diesem Sinn kann man sagen, was immer ich fotografiere, ich fotografiere jedes Mal auch mich. Nicht nur Selbstportraits sind Abbildungen meiner Person, sondern jede beliebige meiner Fotografien zeigt mich mir (und anderen Betrachtenden).

Ist mir erst einmal bewusst geworden, dass in meinen Fotografien *auch ich* zu sehen bin, dann erzählen sie mir auch etwas über dieses Ich. Was findet es



„Positionierung #3182-84“

interessant, was nicht? Wie sieht es auf die Dinge, auf *welche* Dinge bevorzugt? Werden nur die ewiggleichen Konventionen wiederholt, unzählige Male gesehener Kitsch? Oder bemühe ich mich um ein lebendiges, offenes Sehen?

Bemerkenswert ist, dass viele Leute nicht fotografiert werden wollen, sich ungern fotografiert sehen und sich auf Fotos nicht gefallen. Da stimmt offensichtlich das Bild, das aufgenommen wurde, nicht so gut überein mit dem Selbstbild und ist doch ein möglicher Ausdruck dieses Menschseins. Ein Ausdruck, den man nicht kennt, den man nicht mag, den man verbergen wollte? Vielleicht steckt aber auch das intuitive Wissen dahinter, dass ich das nicht bin: Ich bin nicht dieses Bild, ich bin nicht die Person, ich bin nicht dieses Ich! Ist das wirklich bewusst, sehe ich meine Person und ihr Portrait so wie ich andere Menschen sehe: Ich bin nicht oder nur schwach identifiziert und daher weitaus gelassener. Ob meine Person mir nun gefällt oder nicht, ist nicht so wichtig. Ich bin der, der diese Person (dieses Bild) sieht, nicht sie selbst. Den, versteht sich, kann allerdings niemand fotografieren: Alles was Gesehen werden kann, ist nicht das, was sieht. Ein Zahn kann nicht sich selbst beißen. Das zu erkennen wäre echte Selbsterkenntnis, die Zuwendung zum Ursprung aller Existenz.

„Lass das Tor für das Unbekannte offen, [...]

*Daher kommen die wichtigsten Dinge,
daher kamst du, dorthin wirst du gehen.“*

(Rebecca Solnit)

Autor: Subhash, 0680/31 23 588

Öffne deine Herzenstür

Heute möchte ich dich einladen, den Worten und der Botschaft von Mutter Maria zu folgen. Mutter Maria trägt die tiefste Gnadenenergie zu uns, sie gibt uns Schutz, sendet Trost und Geborgenheit. Sie ist eine siegreiche Königin voller Bescheidenheit und sie möchte uns darauf hinweisen, das auch wir diese Königin in uns tragen und voller Zuversicht und Gnade sind. Lassen wir uns also nun von ihrer Energie tragen, fühlen wir uns geborgen und lassen wir es zu, dass sie uns in unseren Herzen berührt.



Ich bin Mutter Maria, ich bin ein Gnadenengel der einst bei euch inkarnierte. Ich bin ein lichtiges Wesen wie du eines bist. Doch trage ich verstärkt die Energie der Zuversicht und des Trostes zu euch. In dieser Zeit, wo die Klänge und Töne der Dualität sehr stark auf euch alle einfallen, ist es wichtig sich von all diesen Energien die zu einem gebracht werden, stets zu reinigen und zu klären. Mein Gnadenlicht ist

bereit dies für dich zu tun, drum öffne dein Herz und lade mein Licht in deine Mitte ein und lasse dich von meinem Licht berühren und tief reinigen. Ich möchte dich auffordern dir immer wieder bewusst zu machen, dass es so wichtig ist dich von Energien zu befreien die dir nicht dienlich sind, damit du im vollen Lichte leuchten kannst. Nimm dir jeden Tag bewusst Zeit und lade die lichten Energien zu dir ein. Sage Ja zu der Liebe und sage bewusst NEIN zu dem was es nicht ist. Zu Energien die dir nicht dienlich sind, zu alldem was sich an dir anhaften möchte. Denn dieses Strahlen was du in dir trägt, möchte sich ausbreiten und nicht in sich verfallen. Deshalb trage ich mein Licht zu dir um dich fühlen zu lassen, welch wundervolles liches Wesen du sein kannst, wenn du es zulässt. Wenn du dich vom Außen nicht leiten lässt, sondern dir bewusst machst was für dich wichtig ist. Was für dich ausschlaggebend ist, wie du mit Menschen und dir selbst umgehst. Denn ist es nicht die Gnade, die ihr so oft erbittet? Ist es nicht die Gnade, die euer Herz heilen soll?

Ist es nicht Gnade, die euch Trost und Zuversicht spendet? Ja es ist Gnade, die die tiefsten Transformationen durchführt und lichten kann. Es ist die Gnade, die dich von all den Verhärtungen und Anhaftenden befreien kann, dass du wieder frei atmen kannst. Es ist die Gnade, die dich heilt. So wie du es zulässt, so wird sie dich berühren im jetzt Augenblick. Ich möchte dir sagen, dass ich Mutter Maria zu so viel mehr fähig bin, als du mich vielleicht noch kennst. Ich hülle dich ein und behüte dich. Ich schütze dich vor der Außenwelt und mache es dir möglich dein Licht und deine Liebe in dir zu fühlen. Und nun gehe und trage dein Innerstes zu den Quellen der Gnade, lege alles in meine Hände, so das ich es von dir nehmen kann, was dich in der letzten Zeit so sehr belastet hat. Lass deine Hände bei mir liegen, solange du es für richtig empfindest und spüre meine bedingungslose Liebe die ich für dich empfinde. Du machst mein Herz heller, wenn du dich öffnest und abgeben möchtest was dir zu viel ist. Denn nur so, kannst du dein Innerstes wieder nach außen kehren. So wie ich damals so vieles auf mich genommen und getragen habe, bist es auch du, die so viel trägt und hält, was dir oft zu viel wird. Doch ich selbst habe mich der Energie des Trostes hingegeben und wurde so oft befreit von all dem was mir zu viel war. Nie habe ich aufgehört an meiner bedingungslosen Liebe zur dir und allem was ist zu zweifeln. Nie habe ich aufgehört an das Gute in jedem zu glauben. Nie habe ich aufgehört meine Energie an euch zu senden und ich tue es immer und immer wieder. Denn ich liebe euch alle unermesslich, denn ihr seid alle meine Kinder hier auf Gottes Erden. Ich werde immer für euch da sein und im Lichte werden wir uns wieder sehen und uns an den Armen halten als ob wir nie voneinander getrennt waren. Ich liebe euch und werde nicht müde an eurer Einzigartigkeit zu glauben und zu vertrauen. Lasst euch gesagt sein, das ein jeder von euch besonders ist und diese Besonderheit

ist es, was euch nähren kann, wenn ihr an euch glaubt und vertraut. Ich möchte euch sagen wie sehr ich euch Liebe und wie sehr ich euch einhülle in mein Licht, damit ihr fühlt wie sehr ich bei euch bin, in eurer Mitte, ganz nah und tief verbunden von Herz zu Herz. Ich Mutter Maria bedanke mich bei euch für euer dasein hier auf Erden und sende euch die Energien der Dankbarkeit! An´a´nasha

Botschaften zu empfangen ist für mich ein Segen, eine Bereicherung und eine Wohltat. Vor allem wenn ich anderen damit helfen kann.

Öffne deine Herzenstür by Margot Selina Wendt, margot.hartmann@gmx.at



R.E.S.E.T. - Ein einfaches und sanftes System, das die Kiefermuskeln entspannt und das Kiefergelenk ausgleicht

R.E.S.E.T. ist die Abkürzung für Rafferty Energie System zum Entlastung des Temporomandibularjoint (kurz TMG – auf Deutsch Kiefergelenk). Dies ist eine ganzheitliche und sanfte Methode, die durch gezielte Berührungen zur Entspannung und Harmonisierung des Kiefergelenks beträgt. Aus der Osteopathie und der craniosacralen Therapie ist bekannt, dass unser Kiefergelenk einen großen Einfluss auf unseren ganzen Körper hat und eine große Rolle für den Informationsfluss von Kopf bis Fuß spielt.

„Beiss doch mal die Zähne zusammen“, „Da beiss ich mich jetzt durch“ oder „Zähneknirschend etwas akzeptieren“. Diese Sprichwörter tragen oft viel Wahrheit in sich. Sie symbolisieren nicht nur unsere nervliche Anspannung in solchen Situationen, sondern auch die Kieferaktivität. Das Kiefergelenk hat allerdings eine große Auswirkung auf unseren ganzen Körper.

Dieses ursprünglich für Verteidigung und Überleben zuständige System versetzt die Kaumuskeln, die Spinal- und Kranialdura und die Körperfaszien in Spannung um den Körper zu stabilisieren und zu schützen. Bei einem Unfall z B. versteift sich die Kiefermuskulatur um den Körper zu schützen. Diese Verspannungen der Kiefermuskulatur durch Schleudertrauma, eine Erschütterung durch einen Schlag, eine Zahnbehandlung etc. können noch jahrelang bestehen bleiben, obwohl der Auslöser längst vorbei ist.

Unser Kiefergelenk und das Keilbein stehen miteinander in Interaktion und sind für die Statik unseres Körpers verantwortlich. Die Osteopathie besagt, dass das menschliche Skelett am Keilbein „aufgehängt“ ist. Eine mögliche Verspannung unseres Kiefergelenks kann somit wahrscheinlich die Ursache vieler Beschwerden sein, die wir aber auf den ersten Blick nicht miteinander in Verbindung bringen würden. Somit kann man sagen: **ENTSPANNTER KIEFER – ENTSPANNTER KÖRPER**

Ganz wichtig wäre R.E.S.E.T. auch begleitend zu jeder Zahnspangen-Therapie. Eine Zahnspange ist für jeden Menschen ein Trauma, da die Zähne wohin verschoben werden sollen, wo sie auf natürliche Weise nicht wären.

Dies ist für das Kiefergelenk eine enorme Belastung und sollte demnach regelmäßig entspannt werden. Tritt nach Beendigung der Zahnspangen-Therapie häufig Migräne auf, kann dies durch eine R.E.S.E.T. Anwendung unterstützt werden.

Wofür kann R.E.S.E.T. angewandt werden?

- Ständiges Zähne zusammenbeißen
- jahrelanges Kiefergeräusch, Zähneknirschen
- Unfähigkeit nach Zahnbehandlungen den Mund weit zu öffnen
- Kiefer vollständig aus der Balance, die Kiefergelenke „klicken“
- Kieferorthopädische Behandlungen
- bei Zahnspangen – aber auch sehr ratsam bevor man die Zahnspange bekommt um das Kiefergelenk zu entspannen und während die Zahnspange getragen wird.
- Steife Schultern, Verspannungen im Nacken und Kopfschmerzen
- Schwierigkeiten den Hals zu bewegen
- Schlaflosigkeit, Bettnässen
- Tinnitus, stark nachlassendes Gehör
- Schmerzen im Beckenbereich und Lendenwirbelbereich
- Nebenhöhlenentzündungen
- Lernprobleme bei Teenagern

Daniela Braunsteiner

Dipl. Kinesiologin, Zert. R.E.S.E.T. Anwenderin

Nähere Informationen finden sie unter: www.danielabraunsteiner.at

Veranstaltungskalender Jänner bis April 2019

Monatlich

Termine für **Dunkelfeld-Vitalblutanalyse, Natürliche Hormontherapie**, auch **Workshop Natürliche Hormontherapie am 16.3.2019 vom 14-17 h**, **A-3950 Gmünd**, Albrechtser Straße 14, Hotel Sole Felsen-Bad, mit Frau Dr. Jasmin Azizian, Je nach Interesse wird Behandlungstermin für Gmünd vereinbart und bei Anfrage /Anmeldung genannt. Organisation: Gertrud Weiss 0676/41 55 708, energieplatzerl@aon.at

EnergetikerInnentreffen A- 3754 Irnfritz-Messern, Trabenreith 22, Austausch, Vernetzung, Termin nach Absprache, Info: Elisabeth Feilhaber, 0676 / 39 255 39 feilhaber@utanet.at

Hildegard Aderlass zur Entschlackung und Entgiftung, A-3950 Gmünd, Albrechtser Straße 14, Hotel Sole Felsen-Bad, Durchführung von Frau Dr. Kerstin Weinberger, genauer Tag wird bei Anmeldung bekanntgegeben, Organisation V GK Gmünd – Gertrud Weiss /Anmeldung unbedingt erforderlich unter 0676/41 55 708, energieplatzerl@aon.at

Tauschkreistreffen Oberes Waldviertel, A-3754 Irnfritz, Gesunde Gemeinde, Mehrzweckhalle, jeden ersten Donnerstag im Monat um 18:30 Uhr, Komm und tausche mit! Austausch und Vernetzung, Info: Elisabeth Feilhaber

Aroma-Stammtisch und Workshop, A-3950 Gmünd, Greissgasse 7, jeweils Mittwoch von 19 – 20:30 Uhr, nur gegen vorheriger Anmeldung unter 0676/41 55 708, energieplatzerl@aon.at

Didgeridoo Stammtisch für Anfänger und Fortgeschrittene mit Willi Pruckner, jeden zweiten Mittwoch um 19 Uhr im Monat, **A-3751 Altenburg**, Kapelle 24, Info: Elisabeth Feilhaber, 0676 / 39 255 39, feilhaber@utanet.at

Gebetskreis, jeden Freitag, 18 Uhr, wir beten für uns, wir beten für die Familie, wir beten für den Frieden, wir beten für die Welt, **A- 3754 Irnfritz-Messern**, Trabenreith 22, Vernetzung, nach Info: Elisabeth Feilhaber, 0676 / 39 255 39 feilhaber@utanet.at

Säure-Basen-Stammtisch A-3950 Gmünd, Stadtplatz, in EVA'S Naturkostladen, jeweils Donnerstag, 21. 2. und 28. 3. 2019 um 19:30 Uhr, Kursleitung: Elfriede Kainz und Gertrud Weiss, Kosten: Freie Spenden

Praxisgruppentreffen für EnergetikerInnen und dafür Interessierte, A-3754 Irnfritz, Trabenreith 22, Üben, Austausch und gegenseitige Anwendung, jeden letzten Donnerstag im Monat um 18 Uhr, Anmeldung erforderlich! Info: Elisabeth Feilhaber, 0676 / 39 255 39, feilhaber@utanet.at

Korn Kreis Welt in Kematen bei Amstetten!

Besuchszeiten nach telefonischer Vereinbarung 0650 / 99 36 558
Die Dauerausstellung wird auf einer Gesamtfläche von **400 m2** präsentiert.

Jänner

17. Jän, Donnerstag, 19:30 Uhr **Gesundheitstreff: „Unsere Zellen – ein Gedächtnis das nichts vergisst“**, Vortrag von Silvia Schaffer, **A-3950 Gmünd**, Albrechtser Straße 14, Seminarräume Hotel Sole Felsen-Bad
- 19./20. Jän., Sa/So, 9-17 Uhr, **„Gesundheit und Körper“ – Seminar und mentales Erfolgstraining**, wir lernen die Sprache des Körpers verstehen um in optimalem Einklang von Körper, Geist und Seele zu leben, Leitung: Leopold und Sieglinde Bichler, Ort/Info/Anmeldung: **A-3121 Karlstetten**, Merkinger Weg 20, Zentrum LebensWandel, 0676/76 41 740, zentrum@lebenswandel.at
19. / 20. Jän., Sa/So, 10 Uhr bis 17 Uhr bzw. 10 Uhr - 15 Uhr **Geistiges Heilen oder der „Alte Weg der Schamanen“ Modul 1: Heilen, durch das Meridiansystem**. **A-3814 Aigen 3**, Seminarleitung: Ernst Sailer, Seminarhaus Gauguschmühle, www.gauguschmuehle.at, Info / Anmeldung: Renate Sailer: vierelemente@gmx.at
24. Jän., Donnerstag, 18:30 Uhr, **Was macht eine Naturfriseurin anders als die anderen?** Referentin: Daniela Nebenführ, **A-3754 Irnfritz**, Gesunde Gemeinde, Mehrzweckhalle, Info: Elisabeth Feilhaber, 0676 39 255 39, feilhaber@utanet.at
26. Jän., Sa, 9-17 Uhr, **„Große Zusammenhänge erkennen“ – Seminar**
Wir tauschen uns aus über unseren Glauben in Bezug auf große Zusammenhänge, dahinterliegende Interessen. Wir erkennen unsere Möglichkeiten und überlegen Schritte zur Umsetzung, Leitung: Leopold Bichler, Ort/Info/Anmeldung: **A-3121 Karlstetten**, Merkinger Weg 20, Zentrum LebensWandel, 0676/76 41 740, zentrum@lebenswandel

Februar

- 2./ 3. Feb., Sa/So, 10-17Uhr, **„Die vollständige Befreiung deines Seins“ – Workshop**
Mehr als 200 tiefgehende Transformationen in nur 2 Tagen! Im Laufe des Wochenendes wird sich dein Blickwinkel auf dein Leben und dein Bild dieser Welt grundlegend verändern. Leitung: Sieglinde und Leopold Bichler, Ort/Info/Anmeldung: **A-3121 Karlstetten**, Merkinger Weg 20, Zentrum LebensWandel 0676/76 41 740, zentrum@lebenswandel.at
12. Feb., Dienstag und 19. Feb., Dienstag jeweils 2 Stunden, **Aviva Workshop**, die Aviva Methode ist eine Bewegungsreihe, die den Körper unterstützen soll, den Hormonhaushalt wieder in Ordnung zu bringen, **A-3950 Gmünd** Stadtplatz, Gmynastikraum Gesundheits- und Seminarzentrum, Kursleiter/in: Gertrud Weiss, Kursgebühr: € 40,-- für 4 Stunden Mindestteilnehmer: 5 Personen, Höchstteilnehmer: 10 Personen, Einzeltermine sind auf Anfrage möglich!
Anmeldung: Gertrud Weiss, 0676/41 55 708, energieplatzerl@aon.at, Mitzubringen: Bequeme Kleidung, warme Socken

14. Feb., Donnerstag, 18:30 Uhr, **Autorenlesung: „Reiseziel Selbsterfahrung“**, Autor: Pramesh Gerhard Kunz, **A-3754 Irnfritz**, Gesunde Gemeinde, Mehrzweckhalle, Info & Anmeldung: 0676 / 39 255 39, feilhaber@utanet.at
14. Feb., Donnerstag, 19:30 Uhr **Gesundheitstreff: „Moderne Wundversorgung für zu Hause“**, Vortrag von Mag. Pharm. Isabella Kitzler, **A-3950 Gmünd** Albrechtser Straße 14, Seminarraum im Hotel Sole Felsen-Bad
- 16./17. Feb., Sa/So, 9-17 Uhr, **„Familie und Partnerschaft“ - Seminar** und mentales Erfolgstraining, Ort/Info/Anmeldung: **A-3121 Karlstetten**, Merkinger Weg 20, Zentrum LebensWandel, 0676/7641740, zentrum@lebenswandel.at
23. Feb., Sa, 9-17 Uhr, **LIS – Lösungsimpulse setzen – Ausbildung in 2 Teilen**
LIS ist eine sehr kraftvolle und hoch wirksame Heilmethode, die aus der Quantenheilung heraus entstanden ist. LIS kann bei sich selbst, bei anderen Menschen, bei Tieren, Pflanzen, Gegenständen angewendet werden, Leitung: Sieglinde Bichler, Ort/Info/Anmeldung: **A-3121 Karlstetten**, Merkinger Weg 20, Zentrum LebensWandel, 0676/7641740, zentrum@lebenswandel.at

März

3. März, Sonntag, 9-17 Uhr, **„Spiritualität – Mein Weltbild und Gottesbild“ – Workshop**, Leitung: Sieglinde Bichler, Ort/Info/Anmeldung: **A-3121 Karlstetten**, Merkinger Weg 20, Zentrum LebensWandel, 0676/76 41 740, zentrum@lebenswandel.at
3. März, Sonntag, 9:30 bis 17:30 Uhr, **Tagesseminar- Wie stärke ich mich in diesen bewegten Zeiten**, Seminarleiterin: Frau Beate Plangger, **A-3950 Gmünd**, Albrechtser Straße 14, Seminarraum Hotel Sole-Felsen-Bad, Kursgebühr: Freie Spende, Anmeldung: Gertrud Weiss, 0676/ 41 55 708, energieplatzerl@aon.at
5. März, Dienstag, 18:30-20 Uhr, **Workshop „Mit Qi Gong zu neuer Lebensenergie“ Seele- Geist- Körper Übungen**, Referentin: Elisabeth Feilhaber, **A-3754 Irnfritz**, Gesunde Gemeinde, Mehrzweckhalle, Info/Anmeldung: Elisabeth Feilhaber, 0676 39 255 39, feilhaber@utanet.at
7. März, Donnerstag, 19:30 Uhr **Gesundheitstreff: „Implantate in der Zahnmedizin“**, Vortrag von Dr. Robert Desbalmes, **A-3950 Gmünd**, Albrechtser Straße 14, Seminarraum im Hotel Sole Felsen-Bad
14. März, Donnerstag, 18:30-20:00 Uhr (ebenso 21. & 28. März), **„Wertschätzende Kommunikation“ Bedürfnisse wahrnehmen**, GesprächsrundenleiterIn: Elisabeth Feilhaber, **A-3754 Irnfritz**, Gesunde Gemeinde, Mehrzweckhalle, Info und Anmeldung: Elisabeth Feilhaber, 0676 / 39 255 39, feilhaber@utanet.at
16. März, Samstag, 14-17 Uhr, **Workshop Natürliche Hormontherapie**, mit Frau Dr. Jasmin Azizian, **A-3950 Gmünd**, Albrechtser Straße 14, Hotel Sole Felsen-Bad, Organisation: Gertrud Weiss 0676/41 55 708, energieplatzerl@aon.at
- 16./17. März, Sa/So, 10-17 Uhr, **„Die vollständige Befreiung deines Seins“ – Workshop**, Mehr als 200 tiefgehende Transformationen in nur 2 Tagen! Innerhalb

kürzester Zeit lösen sich die potentiellen Schwierigkeiten des Lebens auf und der Weg zur Selbstbestimmung wird frei! Leitung: Sieglinde und Leopold Bichler, Ort/Info/Anmeldung: **A-3121 Karlstetten**, Merkinger Weg 20, Zentrum LebensWandel, 0676/76 41 740, zentrum@lebenswandel

23. / 24. März, Sa/So, 10 Uhr - 17 Uhr bzw. 10 - 15 Uhr, **Geistiges Heilen oder der „Alte Weg der Schamanen“ Modul 2: Die 7 Chakren der Heilung**. Das Kommunikationssystem der Chakren und der Nadis, Seminarleitung: Ernst Sailer, **A-3814 Aigen 3**, Seminarhaus Gauguschmühle, www.gauguschmuehle.at, Info und Anmeldung Renate Sailer: vierelemente@gmx.at
29. – 31. März, Fr – So, Fr 17 Uhr/ So 16:00 Uhr, **LIS – Lösungsimpulse setzen – Ausbildung**, LIS ist eine sehr kraftvolle und hoch wirksame Heilmethode, die aus der Quantenheilung heraus entstanden ist. LIS kann bei sich selbst, bei anderen Menschen, bei Tieren, Pflanzen, Gegenständen angewendet werden, Leitung: Leopold Bichler, Ort/Info/Anmeldung: Seminarzentrum BETZ, **A-3922 Groß Schönau**, <http://www.betz.at/Seminarprogramm.html>

April

3. April, Donnerstag 19:30 Uhr, **„Skenar Treffen“**, Aktivierung der Selbstheilungskräfte durch Skenar-Therapie, mit Herrn Gerhard Langmann, **A-3950 Gmünd**, Albrechtser Straße 14, Seminarraum Hotel Sole-Felsen-Bad
4. April, Donnerstag, 19:30 Uhr, **Gesundheitstreff: „Entgiften – Entschlacken – Fasten“**, Vortrag von Ing. Martin Hannes Hammelhofer, **A-3950 Gmünd**, Albrechtser Straße 14, Seminarraum im Hotel Sole Felsen-Bad
- 6./ 7. April, Sa/So, 9-17 Uhr, **„Lebensstandard, Materielles, Finanzen“ - Seminar und mentales Erfolgstraining**, Leitung: Sieglinde und Leopold Bichler
Ort/Info/Anmeldung: **A-3121 Karlstetten**, Merkinger Weg 20, Zentrum LebensWandel, 0676/76 41 740, zentrum@lebenswandel.at
11. April, Donnerstag, 18:30-20 Uhr, (ebenso 18. & 25. April) **„Beschwingt durch das Leben“ Ballast abwerfen durch inneres Aufräumen**, Interakteurin: Elisabeth Feilhaber, **A-3754 Irnfritz**, Gesunde Gemeinde, Mehrzweckhalle, Info und Anmeldung: Elisabeth Feilhaber, 0676 / 39 255 39, feilhaber@utanet.at

Vorschau

18. /19. Mai, Sa/So, 10-17 Uhr bzw. 10-15 Uhr, **Geistiges Heilen oder der „Alte Weg der Schamanen“ Modul 3: Die Organsprachetherapie**, Was verursachen die Zähne? Das Wirbelsäulensystem und die Wirkung auf Körper, Geist und Seele, Seminarleitung: Ernst Sailer, **A-3814 Aigen 3**, Seminarhaus Gauguschmühle, www.gauguschmuehle.at, Info/Anmeldung: Renate Sailer: vierelemente@gmx.at

31. Mai bis 2. Juni, 10-17 Uhr bzw. 10-15 Uhr, **Wesensgemäße Bienenhaltung, Basiskurs, A-3814 Aigen 3**, Seminarhaus Gauguschmühle, Info und Anmeldung: www.gauguschmuehle.at bzw. www.bienenschutzgarten.at
- 20./ 21. Juli Sa/So, 10-17 Uhr bzw. 10-15 Uhr, **Geistiges Heilen oder der „Alte Weg der Schamanen“ Modul 4: Allergien erkennen und über den Lebenskalender in Heilung bringen**, Allergien und ihr Ursachen erkennen lernen, Seminarleitung: Ernst Sailer, **A-3814 Aigen 3**, Seminarhaus Gauguschmühle, www.gauguschmuehle.at, Info/Anmeldung Renate Sailer: vierelemente@gmx.at
- 19./ 20. Oktober Sa/So, 10-17 Uhr bzw. 10-15 Uhr, **Geistiges Heilen oder der „Alte Weg der Schamanen“ Modul 5: Fernheilung und Astralreisen**, Nebenschakren analysieren und die Heilarbeit, Seminarleitung: Ernst Sailer, **A-3814 Aigen 3**, Seminarhaus Gauguschmühle, www.gauguschmuehle.at, Info/Anmeldung Renate Sailer: vierelemente@gmx.at



Glückscode: CXAMXCH -10% Preisvorteil !!

Glückscode gültig für die ersten beiden Online-Bestellungen

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



Hilfe auf die es ankommt, kommt an

Verein Hilfe für griechische Straßenhunde

Seit einem Urlaub in Chalkidiki mit meiner Familie vor 16 Jahren, wo wir zwei Welpen mitgenommen haben da wir erfahren haben das diese sonst vergiftet werden, gehört mein Herz den griechischen Straßenhunden. Die Hündin von damals ist vorige Woche leider verstorben mit 16 Jahren !

Ich habe bald danach Kontakt zu griechischen Tierschützern gesucht und immer wieder Hunde rauffliegen lassen. Seit 2014 mache ich zusammen mit meinem Mann das Ganze als eingetragener gemeinnütziger Verein. Die Hunde die rauffliegen werden sind geimpft, gechippt und oft auch schon kastriert, jedenfalls gesund. Sie werden dann um € 280-300 Schutzgebühr vermittelt, für Flug, Impfungen, Chipp und oft auch Kastration . Den Großteil dieser Schutzgebühr überweise ich nach Griechenland für die Tierschützer die gleich wieder verletzte, streunende Tiere aufgreifen und versorgen und wieder nach Österreich bringen.



Zu meiner Person: Die Hälfte der Woche lebe ich im Waldviertel, in Moorbach Harbach, wo auch mein Verein gemeldet ist.

Liebe Grüße Andrea Eichner

Meine Homepage ist: www.hfgs.at

Verein Hilfe für griechische Straßenhunde.

Spendenkonto Verein Hilfe für griechische Straßenhunde

IBAN: AT 74 3293 6000 0002 8894

BIC: RLNWATW1936