



MITEINANDERSEIN

März bis Mai 2022

Nr. 96

Gratis zum Mitnehmen

Magazin für Gesundheit, Bewusstsein und Lebensfreude

Sonderthema

Reinigung für Körper,
Geist und Seele

ab Seite 4

Reiseangebote

Auszeiten mit Herz

Seite 21

Mitwirkende gesucht

Lebendige Zukunftsprojekte

Seite 22

Aktuelles unter www.miteinandersein.net

Mandala von Carina Leithold · www.mandala-zauber.de





Inhaltsverzeichnis

Neubeginn heißt, Altes loszulassen	3
Von der Kunst der Reinigung	4
Die reinigende Kraft des Feuers	4
Wie gesund ist unser Trinkwasser?	5
Körper, Geist & Seele in Balance	5
Fasten- & Gesundheitsangebote	5
Die EEA-Formel als Prophylaxe	6
3-6-9 – Leberreinigung	7
Legst Du Wert auf ein gepflegtes Inneres?	7
Wasserfilter & Aufbereitung	8
Superfood: Koriander	9
Anmerkung zur Schwermetallausleitung	9
Beziehungsreich	10
Lasst uns wieder ins Fühlen kommen	11
Durch die Wunden zum Licht	11
Erwecke Dein volles Potential	11
Du bist wertvoll!	11
Vielleicht findest Du hier eine Antwort	12
Vitalsysteme, die bewegen	13
Energetische Therapeutin	13
Probleme mit Long- oder Post-Covid?	13
Klang & Energie	15
Gemeinsam Singen	15
Manuela Wende	15
Abendpremiere I-DANCE-IT(Y)®	15
Bist Du von Hang & Handpans fasziniert?	15
Seitai – die Urenergie in Aktion...	15
Neue Wege für Deine Kraft	16
Folge Deinem Herzensbusiness	16
Bewährtes und Neues im Kräuter-Gut	17
Deinem Leben Gleichgewicht geben	17
Genieße Yoga & Wellness in Aue	17
Yoga – Übung, Wirkung, Faszination	17
Pflanzenmandalas und heiliges Gold	18
Online-Sessions wirkungsvoll führen	18
Zentrum für selbstbestimmte Menschen	19
Rutenworkshop	19
Qi Gong Aus- & Weiterbildung	19
Ruhige Auszeit in den Bergen	21
Gesundheitszentrum im Kunsthof Eibenstock	21
EhrlichZeit für Paare	21
Lebendige Projekte suchen Mitwirkende	22
SeelenLicht-Akademie	23
(Seelen)Partner gesucht?	23
Friseur/in in Zwickau gesucht	23

Editorial

Wahrhaftiges Miteinander leben

von Ann König & Uwe Reiher

Was wir zur Zeit erleben, ist der Höhepunkt von „Divide et impera“ (lateinisch für „Teile und Herrsche“). Egal in welchen Bereichen wir hinschauen, überall bilden sich Lager: angefangen bei den Parteien, beim Corona- bzw. Impfstoffthema, Klima, Russland bis hin zu Ernährung, Geschlecht u. s. w. Es funktioniert scheinbar. Die Spalterei fällt auf fruchtbaren Boden und geht tief – nicht nur durch die Gesellschaft; oft betrifft sie Arbeitskollegen, Freundschaften und sogar Familie sowie Partner. Haben wir vergessen, dass es „normal“ und menschlich ist, dass es unterschiedliche Meinungen gibt? Wieso glauben wir, dass unsere Sicht der Dinge richtig und die der anderen falsch ist? Wieso schließen wir Menschen aus, wenden uns von ihnen ab, verspotten sie und sehen auf sie herab?

Haben wir verlernt, dass wir abweichende Meinungen akzeptieren und als Herausforderung sehen, sich miteinander auf sachlicher Ebene auszutauschen? Gerade jetzt, im Kommunikationszeitalter, sollten wir doch einer gepflegten, respektvollen Sprache und sachlichen Diskussion, der „Magie der Worte“, besonders viel Wert beimessen. Jeder beseelte Mensch, der uns begegnet, egal welche Ansichten er hat, ist es Wert, in Ruhe angehört und geachtet zu werden, möge er auch noch so weit von unserer Weltanschauung abweichen. Denn es gibt einen Platz, da zählt nicht die Meinung, sondern das Gefühl der Verbundenheit, dass wir alle Wesen der Liebe auf dieser unglaublich schönen Erde sind, die gerade menschliche Erfahrungen machen. Wahrhaftig miteinander kommunizieren ist daher eine wichtige Voraussetzung des friedlichen Zusammenlebens.

Ja, es sind herausfordernde Zeiten und jeder von uns erlebt sie auf eine andere Art und Weise. Lasst uns wieder menschlich sein,

einander in die Augen schauen und zuhören, was der andere gerade durchmacht bzw. wo sein Schmerz liegt. Nicht nur in unserem Netzwerk finden wir solche Menschen, die sich auf Augenhöhe begegnen und respektvoll miteinander umgehen. Ist diese Grundlage gegeben, können sich daraus wunderbare Gemeinschaftsprojekte entwickeln, z. B. Gemeinschaftsgärten und regionale Produzentennetzwerke, Wiederbelebung von Handwerk und Handarbeit, Frauen- und Männerkreise, Lerngruppen, alternative Gesundheitsnetzwerke, Tausch- und Schenkegruppen (z. B. helfa.org).

Vernetze auch Du Dich

Es ist Zeit, ins Tun zu kommen. Vernetze auch Du Dich mit Gleichgesinnten, hört Euch an und gründet zusammen gemeinschaftliche Ortsgruppen, die das neue Miteinander aufbauen.

Aktuelles im Netzwerk: Telegram-Kanal

Bleibe informiert und werde inspiriert in unserem Telegram-Kanal. Hier lesen mittlerweile ca. 800 Menschen die täglichen Neuigkeiten und tauschen sich miteinander aus: t.me/MiteinanderSein

Nächstes MITEINANDERSEIN-Magazin

Die nächste Ausgabe erscheint Anfang Juni 2022. Sonderteil ist diesmal: **Heilsames aus und in der Natur**. Einsendungen bitte bis zum 1.5.22 an: redaktion@miteinandersein.net

Wir wünschen Dir einen erfrischenden Start in den Frühling, viel Freude mit diesem neuen Magazin und herzliche, fröhliche Begegnungen im Miteinander.

Ann König & Uwe Reiher
www.miteinandersein.net

Impressum

Netzwerk MiteinanderSein, Ann König & Uwe Reiher, Hauptstraße 133, 08359 Breitenbrunn
Tel. 037756–879730 · 0176 – 56892679
E-Mail redaktion@miteinandersein.net

Redaktion: Ann König und Uwe Reiher

V.i.S.d.P.: Ann König

Lektorat: Kordula Möring

lektorat@miteinandersein.net

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

Auflage: 7500 Stück

Bezug: in Bioläden, Yogazentren, Naturheilpraxen und bei allen Netzwerkpartnern

Alle Beiträge im Magazin stellen ausschließlich die Meinung der Verfasser dar. Sie geben nicht zwangsläufig die Meinung der Redaktion oder die Meinung anderer Autoren wieder. Verantwortlich für die Inhalte sind die Verfasser selbst.

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



MiteinanderSein

Sichtbar werden – online und offline

Wie Du Teil einer starken Gemeinschaft wirst, die Dich bereits in wenigen Monaten deutlich sichtbarer für neue Kunden macht, ohne dass Du selbst dafür täglich wertvolle Zeit aufwenden musst.

Mehr erfährst Du hier:
Netzwerk MiteinanderSein
www.miteinandersein.net/partner
Tel. 037756 – 879730



Neue Reihe: Miteinander eine Vision finden Der Weg in das Lichtzeitalter (Teil 1)

von Marcus & Claudia

Im letzten MITEINANDERSEIN-Magazin hat uns Mandy Goller über die Notwendigkeit einer gemeinsamen Vision geschrieben. Marcus & Claudia haben uns daraufhin ihre Visionen gesandt, die wir gern als Reihe mit Euch teilen und zur Diskussion stellen wollen:

Für viele ist die aktuelle Zeit völlig unverständlich und verwirrend, dabei sind die heutigen Zustände das Ergebnis der längst begonnenen Zeitenwende. Nicht nur, dass allein das Fischezeitalter geendet und das Zeitalter des Wassermanns begonnen hat; nein, es ist der große Erdenzyklus nach 26.000 Jahren beendet und ein neuer Umlauf um die Zentralsonne beginnt. Das sorgt bereits seit einiger Zeit für einen starken Anstieg der Schwingungen auf unserer Erde. Dies bedingt bei vielen Menschen Unwohlsein, Gereiztheit und Orientierungslosigkeit. Dabei gibt es aber auch einige, welche sich vor allem geistig auf diese Änderung vorbereiten und daher auch in dieser Zeitenwende einen klaren Kopf behalten. Gerade diese frühzeitig Aufgewachten haben daher die Aufgabe, ihre Mitmenschen zu beruhigen, ihnen beizustehen und die Änderungen zu erklären.

Erschwerend kommt hinzu, dass das aktuelle C-Thema alles überlagert und viele gar keine klaren Gedanken zur Zukunftsgestaltung fassen können. Sie denken von heute auf morgen und haben mit der aktuellen Erfassung der Lage vollauf zu tun bzw. sind damit überfordert. Dabei ist gerade eine klare Zukunftsvision ganz wichtig, denn nach dem Ende des C-Themas wird die alte und bekannte Welt nicht mehr bestehen. Alle Brücken zurück sind abgebrochen, es kann daher nur einen Weg nach vorn geben. Daher nachfolgend ein paar Gedanken zur Planung unserer neuen und lichten Zukunft auf diesem wunderbaren Planeten:

Teil 1: Geld und Wirtschaft

Das aktuelle Zentralbankssystem (seit 1913) wird auf jeden Fall sein Ende erreichen, zusammenbrechen und damit auch die internationale, globalisierte Wirtschaft. Das macht wieder kleinteiliges und regionales Wirtschaften nötig, welches wir zukünftig aufbauen müssen. Es wird keine Großkonzerne mehr geben, welche weltweit tätig sind und auf dem Rücken der Menschen ihre Profite erwirtschaftet und den wenigen Eignern der Konzerne ihren ungeheuren Reichtum verschafft haben. Daher brauchen wir in Zukunft wieder alle Arten von Handwerkern und Gewerbetreibenden. Jeder sollte nach seinen Fähigkeiten arbeiten und tätig sein. Das bedruckte Papier, welches als Geld seine Jahrhunderte alte Macht genossen hat, wird der Vergangenheit angehören. Der Wahnsinn des Geldverdienens und Anhäufens wird ein Ende haben. Das neue Geld wird nur ein reines Tauschmittel sein, ohne die Menschen zu versklaven und für wenige als Druckmittel eingesetzt werden zu können. Metallmünzen mit einem inneren Wert sind dafür gut geeignet oder auch ein neues Quantenfinanzsystem ist denkbar. Weiterhin muss die Akkordarbeit von täglich acht Stunden aufhören. Jeder sollte sich nach seinen Fähigkeiten und Neigungen in die neue Gemeinschaft einbringen, ein jeder seiner Berufung nachgehen.

Schreibe uns Deine Ideen für die Zukunft an: info@miteinandersein.net

Märchen für jung und alt Die Schlüsselblumenfee

von Madana Kati Pfau

Einst trieb ein Schäfer zu Frühlingsanfang seine Schafe auf die Weide. Als die Herde zu grasen begann, erblickte er nahe bei einem Felsen ein Büschel blühender Schlüsselblumen. Er pflückte die größte und schönste und steckte sie an seinen Hut. Nach einer Weile wurde der Hut merkwürdig schwer. Der Schäfer setzte ihn ab und staunte nicht schlecht. Die Schlüsselblume hatte sich in einen Schlüssel aus Gold verwandelt. Er nahm den Schlüssel in die Hand, und im selben Augenblick erschien eine wunderschöne Frau.

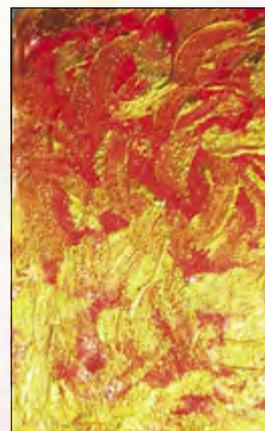
„Fürchte dich nicht“, sagte sie. „Der Schlüssel wird dir Glück bringen. Lege ihn hier auf den Felsen. Er wird sich auftun, und du wirst alle Schätze der Erde erblicken. Nimm davon, soviel du willst, doch gib acht, dass du das Beste nicht vergisst.“

Der Schäfer trat zu dem Felsen, legte den Schlüssel darauf, und eine

Neue Reihe: Im Licht des Regenbogens – 1. Chakra Neubeginn heißt, Altes loszulassen

von Madhavi Veronika Broszinski

Mit neuer, kraftvoller Energie den Start in den Frühling zu beginnen, ist das Geschenk an uns selbst. Hier können wir durch eine Transformation des Loslassens von alten Geschehnissen in eine neue Kraftquelle kommen. Der Frühling zeigt es, durch das Erblühen der Blumen und Pflanzen. Alles ist gereinigt und vorbereitet für einen Neubeginn.



Unsere Energiezentren, die sieben Hauptchakras, erleichtern uns mit der Kraft der Farben diesen Weg. Dazu begleitet uns das Muladhara-Chakra oder auch Wurzel-Chakra genannt, mit seinen Farben. Es findet sich im Bereich der unteren Wirbelsäule und ist dem Erdelement zugeordnet. Seine Farbe ist Gelb/Rot. Die Erdung, das Urvertrauen und die Lebenskraft ist dabei eine starke Kombination. Bodenständigkeit, Ausdauer, Ruhe und Gleichgewicht zeichnen dieses Energiezentrum aus.

Eine Farbmeditation mit den Farbstrahlen Gelb und Rot versorgt unseren Körper mit der Energie, welche gerade für einen Neustart benötigt wird. Hier werden Chakra- und Aura-Farben verbunden. Die Verbindung der Farben im Wohn- und Lebensmittelbereich können ergänzend verwendet werden.

Auch die Farben unserer Nahrung geben uns bei Obst und Gemüse eine energiereiche Auswahl. So sind Äpfel und Erdbeeren, Kartoffeln und Pastinaken, Radieschen, Spargel und Tomaten eine farblich abgestimmte Bereicherung.

In der Einfachheit der Anwendung bringen wir Leichtigkeit in unser Leben und somit das Licht in uns zum Strahlen.

Quelle: Textauszüge aus dem Ratgeber für Kinderyoga – „Ding Dong Yoga fängt an“ von Madhavi Veronika Broszinski

Yoga Retreats – Yoga aus dem Herzen
bei Yoga Vidya Nordsee 29.04. – 01.05.2022

Dieses und weitere Seminare bei Yoga Vidya in Bad Meinberg unter:
www.yoga-vidya.de/seminare/leiter/madhavi-veronika-broszinski/

Om Shanti – herzliche Grüße, Madhavi Veronika Broszinski

Praxis HerzBalance · Ayurveda, Massagen & Yoga · Veronika Broszinski
Mozartallee 141 c, 01558 Großenhain
Tel. 0160 2261077 · www.herz-balance.com

unterirdische Grotte öffnete sich. Die Augen gingen ihm fast über von all dem Gold, dem Silber und den Edelsteinen. Schnell breitete er seinen Kittel aus und packte von den Reichtümern darauf, soviel er tragen konnte. Dann warf er sich das Bündel über die Schulter und verließ die Grotte.

Den goldenen Schlüssel aber ließ er achtlos zurück. Und so konnte er den Felsen nie wieder öffnen. Er hatte das Beste vergessen.

Märchen aus Deutschland

Ganz liebe Grüße · Madana Kati Pfau
Pfaufenfeder. Erzählkunst und mehr
Märchen- und Geschichtenerzählerin
Tel. 0171 9508920 · www.katipfau.de



Natürliche, freie Atmung

Von der Kunst der Reinigung – von Augenblick zu Augenblick

von Feryal Kosan Genc

Wenn wir in Bezug auf die Gesundheit bzw. Gesundung von Körper, Geist und Seele von Reinigung sprechen, können wir den Fokus verschiedentlich lenken. Wir alle kennen das angenehme Gefühl in ein aufgeräumtes Haus zu treten, wo alles strahlt, gut duftet und ein Gefühl der Frische die Wohnung bzw. das Haus durchwirkt. Herrlich, nicht wahr? Ganz anders, wenn man einen Raum betritt, wo die Luft förmlich steht. Das dreckige Geschirr sich stapelt, alles vor sich hin muffelt. Wenn wir in beide Bilder hinein fühlen, merken wir unmittelbar, welche Qualitäten sich in uns entfalten. Bei dem ersten Bild atmen wir tief durch, erfrischt und wohligh ein und aus.

Bei dem zweiten Bild würden wir am liebsten die Luft anhalten, um den modrigen, abgestandenen Geruch nicht aufnehmen zu müssen. Wir atmen automatisch flach, weil es unerträglich ist. Frische, Leichtigkeit, Klarheit, fließende Energie und Weite trifft auf abgestandene Schwere, einen zähen Energiefluss bis hin zu Stagnation.

Wenn wir dieses Bild auf unser eigenes Zuhause, unseren Körper übertragen, der von unserem Geist oder von unserer Seele bewohnt wird, gilt das gleiche Prinzip. Es gibt unzählige Visualisationsübungen, Meditationsübungen, Reinigungsübungen im Qigong, Pranayama-Übungen, Entgiftungskuren mit Heil- & Wildpflanzen, die sich der inneren Reinigung widmen. Alles wunderbar und heilsam. Verlieren wir dabei jedoch nicht aus dem Auge, dass eine Sache für eine profunde Reinigung und Klärung auf allen Ebenen fundamental wichtig ist – eine einfache Sache und in meinen Augen essentiell auf allen Wegen und in allen Traditionen: **die Atmung**.

Nicht irgendeine spezifische Atmung. Viel einfacher. Die natürliche, freie Atmung. Diese wieder zu erlernen ist ein Prozess. Es gibt viele Wege, die natürliche Atmung zu kultivieren. Nur vertragen sich ein zu starkes Wollen, Manipulation und Druck nicht mit der Befreiung des

Atems. In meiner Arbeit, sowohl als Therapeutin, als auch als Lehrende, sehe ich auch bei Qigong-, Yoga- und Körperarbeit-Geübten oft ein subtiles bis forciertes Wollen. Erinnern wir uns an die Sanftheit des Yin-Prinzips. Sein lassen. Zulassen. Empfangen.

Sprechen wir unserem Atem eine Einladung aus. Ich lade ihn sanft ein zu kommen, lade ihn sanft ein zu gehen. Ich lasse mich immer tiefer auf diesen Prozess ein. Ohne mich unter Druck zu setzen. Ohne den Atem zu manipulieren, ihn zu forcieren, künstlich zu verlängern oder zu vertiefen. Ich spüre ihn so, wie er sich zeigt, erlaube seinen natürlichen Ausdruck. Spüre die Entfaltung der Atemwelle in meinem Körper. Alles spüren dürfen. Auch die Enge. Die Verspannungen und Verhärtungen, die den freien Atemfluss verhindern. All die gehaltenen oder unterdrückten Gefühle in uns, die sich nach freiem Ausdruck sehnen. All die Wunden und Schmerzen, die sich in der Tiefe unseres Seins verschanzt haben, in unserem inneren Keller angesammelt haben und vor sich hin stauben. Nicht umsonst ist der Atem ein wichtiger Aspekt in allen spirituellen Traditionen.

Wer wieder lernt, frei und ungehindert zu atmen, vollkommen befreit ein- & auszuatmen, entdeckt eine fast vergessene und unerschöpfliche Kraftquelle wieder. Jeder Ausatem eine einzigartige Gelegenheit, das Verbrauchte abzugeben. Alles loszulassen. Jeder Einatem das Geschenk des Lebens, sich ganz und gar von frischer Kraft durchströmen zu lassen. Reinigung auf einer ganz profunden Ebene. Zugänglich solange wir leben. Es braucht nur Geduld, Hingabe und Offenheit. Wenn Du jemanden Erfahrenen an Deiner Seite hast, der Dich in diesem Prozess unterstützt, umso hilfreicher. Wenn nicht jetzt, wann dann?

Daowege e.V. · Verein zur Pflege ganzheitlicher Lebenskünste
Tel. 0821 20966874 · www.daowege.de

UWE REIHER
MEDIENDESIGN

Werde von Deinen Wunschkunden wahrgenommen



Ich unterstütze Dich als Anbieter im ganzheitlichen Bereich, die Essenz Deiner Arbeit herauszufinden, diese in Online- und Offline-medien zu positionieren und dabei authentisch zu bleiben.

Vereinbare jetzt Dein kostenloses Erstgespräch:
www.uwereiher.de ∞ Telefon 03722 7981684

Nehmt die Stöcke aus dem... wir machen Lagerfeuer! Die reinigende Kraft des Feuers

von Dirk Kreuzer

Der Frühling ist da und was machen wir? Frühjahrsputz in der Wohnung, Motorrad wienern und Auto durch die Waschanlage fahren. Alles soll glänzen im Außen! Echt jetzt? Und was ist mit uns? Sollte die Reinigung nicht in uns anfangen?



Im Kreislauf des Lebens beginnt jeder Tag mit dem Aufgehen der Sonne. Im Frühling beginnen die Tage eher, sie werden länger und es wird wärmer. Im Osten, wo die Sonne aufgeht, ist das Element Feuer zu Hause. So wie die Sonne all die Dunkelheit erhellt und den Tau des Morgens schmilzt, kann uns das Feuer reinigen und befreien.

Begegnen wir dem Feuer mit Demut und Achtsamkeit, kann es uns zum starken Verbündeten werden. Ein rituelles Feuer, entzündet mit der Absicht der Reinigung und Klärung, kann alle Verhaftungen, die uns nicht mehr dienlich sind, von uns nehmen. Symbolisch gehen wir wie der Phönix durch die Asche, um von dort aus neu aufzuerstehen.

So begehen viele indigene Völker im Frühling Zeremonien zur Reinigung von Körper, Geist und Seele, wie z. B. eine Schwitzhütte oder einen Feuerlauf. Und in unseren Kreisen entzünden wir auch aus diesem Grund absichtsvoll stets eine Zentrumskerze.

Vielleicht probierst Du es mal am **30.4. beim Feuerlauf**, am **1.5. zur Krieger-Schwitzhütte für Männer** oder am **17.5. zum Kick-Off des geschlossenen Männerkreises** aus.



Dirk Kreuzer · Schönheitsweg GbR
Schamanismus & Körperpsychotherapie
Altendorfer Str. 28, 09113 Chemnitz
Tel. 01514 6134737 · schoenheitsweg@dirkkreuzer.de



Wasser ist Leben

Wie gesund ist unser Trinkwasser?

von Stefan Bolanz



Erkennst Du Dich wieder? Du legst großen Wert auf die Qualität Deiner Lebensmittel, weil Dir Deine Gesundheit am Herzen liegt? Und Du weißt auch, dass das kostbare Nass für Deinen Körper essentiell ist?

Dennoch trinkst Du vielleicht fragwürdiges Leitungswasser- oder Flaschenwasser, ohne Dir der Belastung durch z. B. Schwermetalle, Hormone oder Mikroplastik bewusst zu sein. Deine Gesundheit entscheidet: Der menschliche Körper besteht zu 70% aus Wasser – Deinem täglichen Trinkwasser. Deshalb ist die Qualität des Wassers für alle Prozesse des Körpers wesentlich, besonders jedoch für die Entgiftung und Nährstoffversorgung. Stell Dir vor, Deine ganze Familie könnte von zu Hause aus unbegrenzt und ganz bequem das bekömmlichste sowie reinste Wasser trinken, ohne nerviges Kistenschleppen. Die Lösung ist eine effektive und hochwertige Wasseraufbereitungsanlage!

Mein Name ist Stefan Bolanz, Wasserexperte mit über 20 Jahren Erfahrung. Mein Ziel ist es, Dir eine individuelle Lösung für sauberes und zellverfügbares Wasser zu liefern, um Deine Gesundheit und Vitalität auf das nächste Level zu bringen.



Du möchtest Dir und Deiner Familie endlich exzellentes Wasser bieten? Dann rufe mich jetzt an oder schreibe mir eine E-Mail. Gemeinsam finden wir eine passende und preiswerte Lösung.



Stefan Bolanz · Water Now
Große Sommerleite 12, 09456 Annaberg-Buchholz
Tel. 0151 51957910
stefan.bolanz@waternow.de
www.waternow.de

So bringst Du Körper, Geist & Seele in Balance

von Anne Kotzur



Den Verstand von schlechten Erfahrungen und den Körper von Exzessen zu befreien, ist der erste Schritt, den Du tun kannst, wenn es darum geht, Deine Ziele zu erreichen, die Du Dir für den Beginn des neuen Jahres gesetzt hast.

Ein Schlüsselfaktor bei der Entgiftung der Seele ist Vergebung. Was zuallererst bedeutet, dass wir uns selbst vergeben und dann denen, die uns verletzt haben. Das Beste, was Du tun kannst, ist, diese Erfahrungen in der Vergangenheit zu lassen, Deine Denkweise zu ändern, es immer positiv zu sehen und dankbar dafür zu sein.

Tipps zur Reinigung Deiner Seele

1. Denk an Dich selbst: Schalte Dein Handy aus, am besten 1 Std. vor dem Schlafengehen. Schaffe Dir Deine „Genuss“-Zeit, in der Du allein sein kannst und Zeit zum Meditieren hast. Dies ermöglicht es Dir, Deinen Kopf frei zu bekommen und die Ereignisse des Tages abzuschließen.
2. Reinige Deinen Geist: Schreibe alle Deine Gedanken über alles auf, was Dir passiert ist.
3. Regelmäßige Reflexionen und Self-Check-Ins: Bin ich zufrieden auf meinem Weg? Wie sehr bin ich davon überzeugt, das zu empfangen, was ich mir wünsche? Wo blockiere ich das Empfangen noch in meinem Leben? Wie sehr liebe ich meinen Körper? Wie vital fühle ich mich? Erlaube ich es mir, mich regelmäßig mit meinem Körper zu verbinden?
4. Finde Deine Affirmation für das Gegenteil Deiner Zweifel: Wähle eine Affirmation, die etwas widerspiegelt, was Du erreichen möchtest. Sätze, die sanfte Bestimmtheit ausdrücken, wie bspw. „Ich erreiche mein Wohlfühlgewicht mit Leichtigkeit.“

Fasten- & Gesundheitsangebote

von Sonja Röpke

Basenfasten 10. – 16.6.2022 im wunderschönen Elstertal

Freue Dich auf eine erholsame Auszeit in einer kleinen Gruppe mit liebevoller, einfühlsamer und erfahrener Fastenbegleitung sowie leckerem, gesundem Essen. Genieße ein interessantes Programm mit schönen Ausflügen, kreativem Gestalten, Baden, viel Wissenswertem in fröhlicher Gemeinschaft in einer schönen, preiswerten Pension. Energieausgleich: 365,- € inkl. Erinnerungs- und Rezeptmappe



3. Tag der Gesundheit in Trünzig am 5.6.2022 ab 10 Uhr

Ein Tag der Begegnung mit Menschen, die sich für Gesundheit, Schönheit, Kreativität, Spiritualität interessieren mit vielen Höhepunkten, gesunden Leckereien, interessanten Vorträgen und mehr. Kommen, überraschen lassen, kennenlernen, Freundschaften schließen. Anmeldungen für Vorträge und Verkaufs- bzw. Messständen ab sofort möglich.



Wildkräuterwanderung Werdauer Wald am 8.5.2022 ab 10 Uhr

mit anschließendem feinen Imbiss; 25 € pro Erwachsener, Kinder sind willkommen, Preis auf Anfrage, Treffpunkt: Alte Bahnhofstr. 2 in 08428 Langenbernsdorf OT Trünzig

Raum zum Vermieten / Kreativkurse

Unser Seminarraum und/oder Kreativkurse (gerne auch für Kindergeburtstage) können individuell gebucht werden, z. B. Töpfern, Malen, Encaustik, Emaillieren, Floristik.

Sonja Röpke · Fastenleiterin seit 21 Jahren, Gesundheitspraktikerin, Kreativfrau, Fachfrau für psychosomatische Energetik (Lösen unterbewusst abgelagerter Konflikte, z. B. Mobbing) · Tel. 036608 654229 · www.gesundheitsreisen-sonni.com

5. Tu' jemandem etwas Gutes: Der beste Weg, Dein Glück zu vergrößern besteht darin, eine selbstlose Handlung für jemand anderen zu tun.

Tipps zur Reinigung Deines Körpers

Auch Deine Organe dürfen sich von fett- und zuckerhaltigen Lebensmitteln und der Einnahme von kalorienreichen, alkoholischen Getränken reinigen.

1. Ernähre Dich gesund und ausgewogen, bevorzuge Ballaststoffe und viel Gemüse. Vermeide frittierte und stark verarbeitete Lebensmittel.
2. Trinke regelmäßig stilles Wasser: Es verhindert, mehr Nahrung zu Dir zu nehmen, als Du wirklich brauchst.
3. Kontrolliere Deine Portionsgrößen, reduziere Zucker, rotes Fleisch, Kaffee und Alkohol.
4. Genieße jede Mahlzeit langsam: Wenn Du ruhig isst und gut kaut, kannst Du die Nahrungsmenge kontrollieren und schneller satt werden, um übermäßiges Essen zu vermeiden.

Rezept für einen Reinigungs-Shot auf nüchternen Magen

Mische 5ml destilliertes Wasser, 3ml Apfelessig und 2g Honig miteinander. Schäle eine Knoblauchzehe und schlucke sie (vorsichtig!) herunter und trinke den Shot danach. Wiederhole dies täglich und für mindestens 21 Tage. Bei einer unzerkauften Knoblauchzehe wird schlechter Atem verhindert und hilft, auf nüchternen Magen eingenommen, den Körper und insbesondere der Leber, sich von den überschüssigen Giftstoffen zu befreien. Honig wirkt antibakteriell. Apfelessig kann bei Verdauungsproblemen sowie Blut- und Leberreinigung helfen. Destilliertes Wasser enthält keine Schadstoffe und entfernt alle möglichen Verunreinigungen und ist in geringen Mengen unbedenklich.

Anne Kotzur · Ganzheitliches Ernährungscoaching
Regelmäßige Online-Reinigungskuren
Telefon: 0163 852 9861
www.annekotzur.de



TERMINE

Dienstag, 01.03.2022

19:30 Uhr **GEMEINSAM SINGEN** – sich verbinden und stärken mit Barbara Bobgain · Hohndorf www.musikschule-barbara-bogdain.de

15:30 Uhr **Shivaratri** – Die Nacht, um Dein Leben zu transformieren mit Tara Gräfe Voigtsdorf www.kraftreisen.org

19:00 Uhr **Kostenfreies Webinar 5 Schritte zum Wohlfühlgewicht ohne Diät & exzessiven Sport** mit Anne Kotzur · annekotzur.de

Freitag, 04.03.2022

04. – 06.03. Seminar **Schamanische Seelenrückholung** mit Elke Heinze-Grüner · Chemnitz www.gruenevilla.de

04. – 06.03. **Ganz Frau Sein** – Ein Wochenende für Frauen · Aktivieren, Entfalten und Bewahren der urweiblichen Energie mit Jana Münzner · Klingenberg · amryta.de

Samstag, 05.03.2022

05. – 12.03. **Fastenwandern und Selbstreflexion** im Parkhotel Muldental mit Kati Walther Göhren · meine-glueckskeuche.de

05. – 06.03. Ausbildung **Klangmassage „Klang & Energie“** Modul 1 mit Ruth Röllner Waldenburg · www.klangschalen-energie.de

10:00 bis 19:00 Uhr **Entgiftungstag** für Körper, Geist und Seele mit Carina Leithold & Jens Müller · Bad Elster · www.mandala-zauber.de

05. – 06.03. Fortbildung **Übungsleiterin für Kreis- & Meditative Tänze** mit Bella Stuedel Chemnitz · bella-kalima.de

10:00 bis 16:00 Uhr **Workshop Arbeit mit der Kraft der Ahnen** mit Jana Konrad · Geyer www.janakonrad.com

10:00 bis 18:00 Uhr **Familienstellen in Leipzig** mit Christian Schilling · www.familienstellen.org

10:00 bis 18:00 Uhr **Tagesworkshop Heilströme** mit Ina Klinger · Schneeberg · www.lebensfreude-ina-klinger.de

05. – 06.03. Beginn „**Schoß Chakra Intensive** – Transformiere deinen Herzschmerz zu wahrer Lebensfreude“ Meditationsprozess aus den Palmblattmanuskripten mit Tara Gräfe Voigtsdorf · www.kraftreisen.org

Sonntag, 06.03.2022

10:00 bis 18:00 Uhr **Familienstellen in Dresden** mit Christian Schilling · www.familienstellen.org

Montag, 07.03.2022

07. – 20.03. **Heißhunger ade!** Angeleitete 2-Wochen körperliche & mentale Reinigungskur mit Anne Kotzur · www.annekotzur.de

Dienstag, 08.03.2022

18:30 bis 21:00 Uhr **Online Frauenkreis – Initiation I Meditation I Satsang** mit Tara Gräfe Voigtsdorf · www.kraftreisen.org

Donnerstag, 10.03.2022

17:00 bis 20:00 Uhr **Ayurveda-Workshop Zurück zu Deinen Wurzeln** mit Anja Burkhardt & Manuela Müller · Leipzig · neuseenland-ayurveda.de

18:00 bis 20:30 Uhr **Frauentreffen MiteinanderSein Dresden-Elbland** Thema „Sich mit Farben ausdrücken“ mit Kirsten von der Heiden Freital · www.miteinandersein.net

18:00 Uhr **WDL-Vorleseabend** unter dem Motto „Unsere Krankheiten aus Sicht der TCM“ mit Sebastian Kluge · Zwickau · www.raum-zeit-zwickau.de

18:30 Uhr Vortrag **Bachblüten – Medizin für die Seele** mit Ina Klinger · Schneeberg · www.lebensfreude-ina-klinger.de

Freitag, 11.03.2022

11. – 12.03. Seminar **Schamanisch Reisen 3** mit Jana Konrad · Geyer · www.janakonrad.com

Samstag, 12.03.2022

12. – 13.03. Seminar **Radiästhesie + Heilung** mit der neuen Fraktalheilungs-Methode

mit Georg Steffen Kotzur · Chemnitz · www.kraftort-lebensraum.de

Wild- & Heilkräuter im Jahreskreis mit Ulrike Loretta Hanl · Eibenstock · www.kreutherkraftmanufaktur.com

12. – 13.03. **Kairos-Inspirationstage** · Hohenroda, Hessen · physiotherapie-espig.de

10:00 bis 13:00 Uhr **Workshop Frühjahrsyoga – Detoxiyoga** mit Luisa-Marie Müller · Aue namaste-yoga.jimdosite.com

10:00 bis 18:00 Uhr **Atem und Spirit** – Tagesworkshop in Schwarzenberg mit Jana Münzner amryta.de

10:30 bis 12:00 Uhr **Beginn Webinarreihe Meridianenergieausgleich** zur DORN-Methode · rueckgrad.com

17:00 bis 20:00 Uhr **Yogatag in Jahnishausen** mit Heike Seewald-Blunert · kontrast-reich-training.de

Sonntag, 13.03.2022

10:00 bis 12:00 Uhr „**Keiner kann mir nehmen, was ich getanzt habe**“ **I-DANCE-IT(Y)©** mit Rosemarie Dagné · Chemnitz · www.i-dance-ity.jimdosite.com

Montag, 14.03.2022

19:00 Uhr Vortrag zum **MET-Klopfen** – Selbsthilfe durch Beklopfen der Meridianpunkte mit Heike Seewald-Blunert · Meinersdorf kontrast-reich-training.de

Dienstag, 15.03.2022

19:00 Uhr **Kostenfreies Webinar 5 Schritte zum Wohlfühlgewicht ohne Diät & exzessiven Sport** mit Anne Kotzur · annekotzur.de

Donnerstag, 17.03.2022

17. – 19.03. Fortbildung **Übungsleiterin für Belly-Yoga & Mantra Dance** mit Bella Stuedel Chemnitz · bella-kalima.de

Freitag, 18.03.2022

17:00 bis 20:00 Uhr **Ayurveda-Workshop Zurück zu deinen Wurzeln** mit Anja Burkhardt & Manuela Müller · Leipzig · neuseenland-ayurveda.de

19:00 Uhr **Offener Info-Abend** zum Thema „Schule – in einem anderen Licht“ mit Leif Wetzel · Dennerhitz · schuleexit@yahoo.com

Samstag, 19.03.2022

19.03. – 02.07. **Start Aus- & Weiterbildung zum Heil- & Wildpflanzen Pädagogen** in Friedberg (By) mit Referenten der Wild- und Heilkräuterakademie · Bayern · www.daowege.de

19. – 20.03. Beginn der neuen Ausbildung zum **Aufstellungsleiter** mit energetischen Methoden an 7 Wochenenden mit Katharina Radestock · Chemnitz · www.lichtherzen.com

19. – 20.03.2022 **Jahresausbildung in schamanischem Wissen** in 6 Teilen – Teil 2 Erde, Gestirne, Elemente mit Sandra Wolfram · Olbernhau · www.hofmühle-paffroda.de

10:00 bis 17:00 Uhr **Tagesseminar Arbeitskreis – Familienstellen** mit Elke Heinze-Grüner Chemnitz · www.gruenevilla.de

Sonntag, 20.03.2022

10:00 bis 18:00 Uhr **Familienstellen** in Zwickau mit Christian Schilling · www.familienstellen.org

Mittwoch, 23.03.2022

09:00 Uhr **Beginn Prüfungsvorbereitung** zum Heilpraktiker für Psychotherapie Präsenz Vormittagskurs · Leipzig · institut-sven-krieger.de

Donnerstag, 24.03.2022

24. – 25.03. 10-18 Uhr **Seminar Radiästhesie + Heilung** mit der neuen Fraktalheilungs-Methode mit Georg Steffen Kotzur · Chemnitz www.kraftort-lebensraum.de

Donnerstag, 24.03.2022

Grundkurs: DORN-Breuss ganztägig · Suhl rueckgrad.com

Entgiften / Entschlacken / Abnehmen Die EEA-Formel als Prophylaxe

von Britta Tackmann



Das Frühjahr steht für Neubeginn und Reinigung und es lässt ungeahnte Energien frei. Die Natur vor dem Fenster macht uns vor, wie einfach es geht, den Winter einfach abzuschütteln und positive Gefühle in den Alltag zu transportieren. Wer sich davon anstecken lässt, wird bald die Kraft in sich spüren, es dem Frühling gleichzutun. Es liegt an jedem selbst, dieses Potenzial für sich zu nutzen.

Eine siebentägige Fastenwoche in Zinnowitz auf der Sonneninsel Usedom an der Ostsee macht dies möglich: Entgiften, Entschlacken, Abnehmen. Das bedeutet, die eigenen Heilungskräfte zu aktivieren, das Immunsystem zu stärken und die Reinigung von Körper und Seele zu zelebrieren. Ich begleite die Fastenden und Entgiftungswilligen eine Woche lang, um sie zu motivieren, sich auf ein in den Ernährungs- und Lebensstrukturen verändertes und bewegungsreicheres Leben einzulassen.

Bei einer erfolgreichen Entgiftungstherapie wird Wert darauf gelegt, den Körper nicht mit den Stoffen zu konfrontieren, die ihn belasten. Die Fastenden werden während ihres Aufenthaltes in den mit einem Wellnessbereich ausgestatteten Partnerhotels im Ostseebad Zinnowitz auf der Insel Usedom in kleinen Gruppen individuell und ganzheitlich betreut. Gymnastik, Yoga, Tanz, Meditation, spazieren gehen im Wald, wandern am Meeresstrand und tägliche Bewegung zur Musik sowie Ernährungsvorträge und intensive Gruppengespräche über Heilfasten, ausgewogene Ernährung, Fastenbrechen, Aufbaunahrung, Sport und Bewegung sowie An- und Entspannung runden die Auszeit und den Urlaub für Körper und Seele ab.

Der perfekte Start im neuen Jahr in ein neues, gutes und bewusstes Leben! Bei Bedarf wird der Fastende auch über die Fastenwoche hinaus von mir betreut.

Termine unter www.fastenanderostsee.com

Britta Tackmann · Fastenleiterin, Ernährungs- und Lebenscoach, Tanzlehrerin Netzwerkerin für ein „Gutes Leben“
Tel. 0176 96998543 · fastenanderostsee@email.de

Die Glücksbegleiterin FOTOGRAFIE MIT ♥

Frühling - die schönste Zeit für naturnahe Fotos!

Fotoshootings ohne Posen, Pokerface oder viel Schminke... Mit Feingefühl, Zeit zum Ankommen, dem Blick fürs Detail... ermutige ich dich, deine innere und äußere Schönheit zu zeigen und halte authentische Momente fest.

www.gluecksbegleiterin.de · Tel. 0177 - 32 48 442



Gesundheitsprobleme lindern, Erleichterung erfahren

3-6-9 – Leberreinigung nach Anthony William

von Ann König

Warum widmet Anthony William der Leber so viel Aufmerksamkeit? Leber – Leben, diese Ähnlichkeit ist schon ein wichtiger Hinweis. Doch trotz, dass sie eine zentrale, bisher unterschätzte Rolle für unsere Gesundwerdung und -erhaltung spielt, wird sie viel weniger beachtet als z. B. das Herz, das Gehirn oder die Lunge.

Warum sollte sich das ändern? „Weil unsere Leber in Not ist und wir uns dringend um sie kümmern müssen“, so Anthony William (1). Da wir heute einer mit vielen Giftstoffen verschmutzten, Stress erzeugenden sowie mit Viren und Bakterien belasteten Umwelt ausgesetzt sind, muss unsere Leber täglich alles bei der Säuberungs- und Regulierungsarbeit geben.

Die Filterfunktion und Überwachung des Blutes ist dabei eine ihrer wichtigen Hauptaufgaben, damit nur das in unseren Körper gelangt, was unseren Organismus optimal versorgt. Wie ein feines Sieb hält sie alle Schadstoffe zurück und lagert sie in sich ein.

Doch was passiert, wenn ein Sieb zu voll wird? Dann läuft es über und alle Störenfriede gelangen ins Blut, somit zu unseren Organen und können zu verschiedensten Krankheitssymptomen beitragen wie z. B. Gehirnnebel, Erschöpfung, Depressionen, Gewichtszunahme, Bluthochdruck, Hautausschlägen, Verstopfung, Herzerkrankungen u. v. m.

Als weitere wichtige Funktionen seien hier die Fettverarbeitung, der Ausgleich des Hormon-, Glukose- und Glykogenhaushalts, die Bevorratung von Vitamin- und Mineralstoffen sowie der Schutz der Bauchspeicheldrüse genannt. Wenn sich zu viel in unsere Leber staut, muss sie zunehmend kämpfen, schafft ihre Aufgaben kaum und wird träge. 9 von 10 Menschen haben heute eine träge, frustrierte, kränkelnde Leber. Deshalb sollte es für jeden von uns nur förderlich sein, sich diesem wichtigen Organ zuzuwenden und ihm endlich Pausen bzw. Erleichterung zu verschaffen.

Kleine ayurvedische Reinigungskur

Legst Du Wert auf ein gepflegtes Inneres?

von Mandy Frank

Ayurveda bietet eine grundlegende Reinigungskur, genannt Panchakarma, die mehrere Wochen dauert. Dabei wird aus wirklich allen Körperöffnungen ausgeleitet. Diese Form der Kur eignet sich hauptsächlich für Menschen mit (chronischen) Krankheiten und muss in jedem Fall unter ärztlicher Aufsicht erfolgen.

Hier möchte ich Dir eine alltagstaugliche Variante, die kleine ayurvedische Reinigungskur, vorstellen. Sie ist gut geeignet für alle Menschen, die Lust haben auf ein gepflegtes Inneres. Warum das sinnvoll ist? Weil in einem sauberen, geordneten Leben auch mehr Raum für Klarheit, Gesundheit und Wohlgefühl ist. Deine Wohnung putzt Du ja auch hin und wieder, oder? Bist Du schon mal auf die Idee gekommen, Dein Wohnzimmer von außen zu putzen? Nein? Da gehst du innen mit Lappen und Staubsauger durch. Also ist es dann nicht logisch, das Wohnzimmer Deiner Seele, Deinen Körper, ebenso innerlich zu reinigen?

In nur zehn Tagen kannst Du gute Schritte tun, Deinen Körper mit Hilfe eines schmackhaften Speiseplanes zu entrümpeln und mit Genuss in Leichtigkeit zu kommen. Der Effekt hierbei beruht hauptsächlich auf der Wirkung verschiedener Gewürze und reinigender Nahrungsmittel. Als wunderbare zusätzliche Unterstützung zur ganzheitlichen Reinigung, also auch erheblich für Geist und Seele, empfehle ich ausleitende Anwendungen, wie z.B. Abyangha.

Die Erfahrungen zeigen, dass innerhalb so kurzer Zeit einige Pfunde purzeln können, alte Gewohnheiten sich verabschieden und Du ein neues Bewusstsein für Deinen Körper entwickeln kannst. Lies hier, welche Erfahrungen Teilnehmerinnen bereits machten:

„...Ich bin sehr dankbar für die Veränderungen sowie die Reise ins Innen, die durch die Kur möglich waren. Zurück zur Intuition, zu geschärften Sinnen und neuen, gesunden Gewohnheiten...“ (Lara aus Warnemünde)

3-6-9 Leberreinigung

Die Leberreinigung nach Anthony William ist eine ausgeklügelte Kur, die unsere Leber aufatmen und Belastendes ausscheiden lässt. Dabei wird ihr endlich die Erneuerung zuteil, die ihr zusteht. Vielleicht das erste mal in ihrem Leben. Doch nicht nur die Reinigung steht dabei an, sondern sie wird bestens mit aufbauender und unterstützender Nahrung versorgt und ihre Reserven werden aufgefrischt.

Wir durchlaufen 3 x 3 Tage, in denen wir sie sanft auf die intensive Reinigung vorbereiten. Die ersten drei Tage sind eine Einstimmungsphase zum Warmlaufen und Blutverdünnen. Wir trinken Zitronenwasser, Selleriesaft, gutes Wasser und ernähren uns „leberfreundlich“. Dabei lassen wir alles weg, was sie belastet, wie Gluten, Eier, Milchprodukte, Schweinefleisch, Lamm, Fisch, Essig, Koffein sowie Salz und nehmen nur wenig Fett auf. Die mittleren drei Tage dienen der lang erwarteten Verschnaufpause, mit komplettem Fettverzicht. Kein Fett bedeutet, keine zu produzierende Galle. So kann sich die Leber voll auf das Lösen der Schadstoffe aus ihren Leberdeponien konzentrieren. Unterstützend trinken wir zusätzlich z. B. leckere Leber-Heilsmoothies oder Schwermetall-Detox Smoothies und essen viel grünen Blattsalat, Äpfel, Datteln, Gurke, Spargel und Rosenkohl. Die letzten drei Tage macht unsere Leber überglücklich, denn sie kann endlich viel unbrauchbar Gewordenes, Müll und Giftstoffe abstoßen. Die Krönung der Reinigung ist der neunte Tag, an dem wir nur frischgepresste Säfte und Wasser trinken.

Ich selbst habe diese Kur schon vier Mal durchlaufen und es ist jedes Mal wieder eine große Freude. Ich empfehle, schon Wochen / Monate vorher mit dem Trinken von kleinen Mengen Zitronenwasser und Selleriesaft zu beginnen und langsam zu steigern.

(1) Anthony William „Heile Deine Leber“, München 2019, S. 28

Vgl. Anthony William: „Heile Dich selbst – Medical Detox“, München 2020

„...das ganze Haus habe ich entrümpelt während der Kur und Dinge geräumt, die schon jahrelang fällig waren...“ (Josi aus Bad Liebenwerda)

„...Freude am Kochen und Backen ist wieder entfacht. Ich sprühe nur so vor Elan und bin mir vieler Dinge bewusst geworden...“ (Franzi aus Güstrow)

„...Ich konnte damit mein Bewusstsein erweitern und über das Spüren meinen Körper besser kennenlernen. Ich habe 5,5 kg abgenommen...“ (Cathleen aus Dresden)

„...Ich fühle mich nach der Kur leichter und richtig fit. Mein größter Erfolg ist die deutliche Besserung meines Hautbildes, da ich mich seit Jahren mit Rosacea plage...“ (Marion aus Meerane)

Sinnvoll ist so eine Kur im Frühjahr und/oder Herbst, am besten in der abnehmenden Mondphase. Es gibt wirklich viele kleine Dinge, die kaum Mehraufwand bedeuten, doch immens in ihrer Wirkung sind. Als Beispiel sei hier die Zungenreinigung erwähnt, die vielleicht eine Minute Deines Tages beansprucht und einen riesigen Effekt mit sich bringen kann.

Wenn Du beispielsweise ein/e Sammler/in bist und Dich schwer von alten Sachen trennen kannst, kann die Kur Dir Ansporn verleihen, zu entrümpeln. Wenn Du Dich gerade nicht so recht wohl fühlst in Deinem Körper, weil vielleicht die Hosen zwacken, kann Dir diese Kur Leichtigkeit bringen. Wenn Du zu viel grübelst über das Leben oder Dir Entscheidungen schwer fallen, kann diese Kur schnell klärend wirken. Und in jedem Fall ist eine innere Körperreinigung der Gesundheit zuträglich.

Bei allgemeinen Fragen und als Kurbegleitung stehe ich Dir gerne zur Verfügung. Alle nächsten Termine findest Du im MiteinanderSein Veranstaltungskalender. Bleib gesund.

Von Herzen, Mandy · Tel. 0176 96678079



TERMINE

Donnerstag, 24.03.2022

09:00 Uhr Beginn Prüfungsvorbereitung zum Heilpraktiker für Psychotherapie Online-Vormittagskurs · institut-sven-krieger.de

Freitag, 25.03.2022

25. – 27.03.2022 Frauenauszeit-Wochenende mit Yoga, Wandern & Massage im „Haisl“ des Eibenstocker Kunsthauses mit Heike Seewald-Blunert · kontrast-reich-training.de

Grundkurs Tagesseminar: Fußzonenmassage Suhl · rueckgrad.com

19:00 bis 21:00 Uhr Keiner kann mir nehmen, was ich getanzt habe“ I-DANCE-IT(Y)© mit Rosemarie Dagné · Chemnitz · www.i-dance-ity.jimdosite.com

19:00 bis 21:00 Uhr Frauenworkshop Healing Talks & Dance mit Bella Steudel · Chemnitz bella-kalima.de

Samstag, 26.03.2022

26. – 27.03. Seminar In Dir liegt das Licht der Welt Einführung in die innere und äußere Resonanztherapie mit Roy Müller (Seelenlicht-Akademie) · Brettin · seelenlicht-akademie.at

09:00 Uhr Start der naturspirituellen Grundausbildung „ZNS-Wissen“ mit Norbert Paul Denneritz · www.miteinandersein.net

26. – 27.03. Frühjahrskurs Aufmerksam entschleunigen mit der Feldenkrais-Methode® mit Ralf Ziegler · Schwarzenberg · physiotherapie-espig.de

26. – 27.03. Familienstellen in Berlin mit Christian Schilling · familienstellen.org

26. – 27.03. Fortbildung Hula Dance Healing Art Modul 2 – Hula Tanz Grundstufe mit Bella Steudel · Chemnitz · bella-kalima.de

10:00 Uhr Workshop Obstbaumschnitt · Greiz

Sonntag, 27.03.2022

27.03. – 02.04. Seminar Geführte Heilfastenwoche nach Buchinger mit Susanne Danz-Jacob · Markneukirchen · glaeserner-bauernhof.de

10:00 bis 17:00 Uhr Shaping Wings – Beregnit Treffern Erzgebirge mit Jana, Ulrike & Ann Eibenstock · amryta.de

15:00 bis 21:00 Uhr Offener Tag der Bühnenskunst · Dresden · www.anukan.de

Dienstag, 29.03.2022

17:00 Uhr MiteinanderSein Netzwerktreffen Leipzig in der Naturheilpraxis „Kindlein Komm“ www.miteinandersein.net

Freitag, 01.04.2022

01. – 03.04. Seminar Tantramassage I – Basis für mein Liebesleben mit Tina Künzel & Tobias Maurer · Dresden · www.anukan.de

01. – 02.04. Aufstellungen (Offener Tagesworkshop) mit Katharina Radestock · Neukirch (bei Königsbrück) · www.lichtherzen.com

17:00 bis 20:00 Uhr MediTOUCHion „Heute schon Liebe mit Dir gemacht?“ mit Mandy Frank · Chemnitz · Tel. 0176 96678079

17:00 bis 20:00 Uhr Ayurvedisch Kochen Ganz auf Deine Art mit Heike Seewald-Blunert · Meinersdorf · kontrast-reich-training.de

Samstag, 02.04.2022

02. – 06.04. Zeitraum für monatl. Amnanda Kur & Amnanda Moksha Kur sowie Anleitung zur Übungsreihe Die Fünf »Tibeter«® mit Mandy Frank · Termin und Ort nach Absprache · www.miteinandersein.net/blog/drueberreden/ · Tel. 0176 96678079

02. – 03.04. Ausbildungsbeginn Schreib-/Poesietherapie mit Tanja Krieger · Chemnitz institut-sven-krieger.de

10:00 bis 16:00 Uhr Seminar „Ach du Grüne Neune!“ mit Susanne Danz-Jacob · Markneukirchen · glaeserner-bauernhof.de

10:00 bis 14:30 Uhr Praxis und Vortrag zur Wirkungsweise der Fruchtbarkeitsmassage mit Heike Seewald-Blunert · Meinersdorf kontrast-reich-training.de

13:00 bis 17:30 Uhr MiteinanderSein Netzwerktreffen Freiberg · Impuls zum Thema „Pilgern – gemeinsam ein kleines Stück des Weges gehen“ · Halsbrücke · www.miteinandersein.net

Montag, 04.04.2022

04. – 17.04. Heißhunger ade! Angeleitete 2-Wochen körperliche & mentale Reinigungskur mit Anne Kotzur · www.annekotzur.de

10:00 bis 18:00 Uhr Familienstellen in Dresden mit Christian Schilling · www.familienstellen.org

Dienstag, 05.04.2022

19:30 Uhr GEMEINSAM SINGEN – sich verbinden und stärken mit Barbara Bobgain · Hohndorf www.musikschule-barbara-bogdain.de

19:00 Uhr MiteinanderSein Netzwerktreffen in Zwickau im neuem Zentrum für Selbstbestimmte Menschen Denneritz · www.miteinandersein.net

Mittwoch, 06.04.2022

17:00 bis 20:00 Uhr Workshop „Wildes Kinderzimmer“ mit Susanne Danz-Jacob · Markneukirchen · glaeserner-bauernhof.de

Donnerstag, 07.04.2022

18:30 bis 20:30 Uhr Onlinevortrag Kaleshwara Vaastu – Bauen & Wohnen im Einklang mit den Elementen mit Tara Gräfe · www.kraftreisen.org

Freitag, 08.04.2022

17:00 bis 20:00 Uhr Workshop Ayurveda-Detox mit Anja Burkhardt & Manuela Müller · Leipzig neuseeland-ayurveda.de

Samstag, 09.04.2022

09. – 11.04. Die Ausbildung zum LebensraumCoach nach der GeoResonanz-Methode mit Georg Steffen Kotzur · Chemnitz kraftort-lebensraum.de

Wild- & Heilkräuter im Jahreskreis mit Ulrike Loretta Hanl · Eibenstock · www.kreutherkraftmanufaktur.com

09. – 10.04. Seminar Schamanische Reisen I und II · Grundlagen für die schamanische Arbeit in Selbsterfahrung erleben mit Jana Konrad Geyer · www.janakonrad.com

09. – 10.04. Trommelbauworkshop – Rahmentrommel mit Katrin Lorenz · Olbernhau hofmühle-paffroda.de

09:30 bis 16:00 Uhr Paarseminar mit Bettina Brückner · Annaberg-Buchholz · Tel. 03733 260401

10:00 bis 19:00 Uhr Entgiftungstag für Körper, Geist und Seele mit Carina Leithold & Jens Müller · Bad Elster · www.mandala-zauber.de

09. – 10.04. Herzseminar – für Heilung des Herzens und Selbstliebe mit Katharina Radestock Chemnitz · www.lichtherzen.com

09. – 10.04. 2-Tage-Seminar PRANA 1 – Grundlagen der Pranaheilung mit Grit Weihrauch Schwarzenberg · pranahheilung-erzgebirge.de

09. – 10.04. Grundlagenworkshop Kaleshwara Vaastu – Bauen & Wohnen im Einklang mit den Elementen mit Tara Gräfe · Voigtsdorf www.kraftreisen.org

Sonntag, 10.04.2022

„Ohne Wurzeln keine Flügel!“ - Systemaufstellungen für Familie, Partnerschaft, Gesundheit und Beruf mit Katrin Apitz · Rostock-Warnemünde · www.systemik-wachstum.de

10:00 bis 12:00 Uhr Keiner kann mir nehmen, was ich getanzt habe“ I-DANCE-IT(Y)© mit Rosemarie Dagné · Chemnitz · www.i-dance-ity.jimdosite.com

19:00 bis 21:30 Uhr Frauentreffen MiteinanderSein Dresden-Elbland mit Tauschaktion mit Kirsten von der Heiden · Freital · www.mit-einandersein.net

Trinkwasser – do it yourself

Wasserfilter & Aufbereitung

von Christian Marre

Fakt: Es gibt eine Vielzahl von Möglichkeiten, wie Du auf ökologische, effektive und einfache Art und Weise für die Reinheit Deines Trinkwassers selbst sorgen kannst.



Auch Dein Thema: Ein technisch leeres Wasser möchtest Du jedoch auch nicht trinken? Daher muss das Wasser wieder aufbereitet werden. Die meisten Verbraucher wissen das, kommen aber oft nicht ins Handeln.

Du brauchst Hilfe: „Wonach soll ich fragen, wenn ich gar nicht weiß, dass es das gibt?“

In den vergangenen 6 Jahren habe ich über 1.000 Wassertests bei Kunden durchgeführt, die auch schon Anlagen und Systeme hatten. Daher traue ich mir einen guten Marktüberblick zu.

Wüsstest Du, welche Technik für Dich geeignet ist?

Die Einladung an Dich: Lass Dir bei dieser Entscheidung helfen. Dich lade ich ein, mit mir ein Gespräch zu führen. Somit bekommst Du Klarheit darüber, was Deinen Vorstellungen entspricht – ja oder nein.

Dein Geschenk: Profitiere von meinem Wissen: Du kannst nur gewinnen. Entweder Du erkennst, bereits auf dem richtigen Weg zu sein, oder Du erkennst Verbesserungspotential.

Christian Marre

Osterburger Straße 65, 39576 Stendal

Tel. 0152–5343 8597 · www.dein-wassertest.de

Natur und Frische - einfach gut



BIO Bistro mit täglich wechselnden Mittagsgesichten, Kaffee und Kuchen

Straße der Nationen 12, 09111 Chemnitz direkt an der Bus- und Straßenbahnhaltestelle „Roter Turm“

Öffnungszeiten: Montag - Samstag 8 - 20 Uhr

www.dennis-biomarkt.de

Regional und frisch



BIO Bistro mit täglich wechselnden Mittagsgesichten, Kaffee und Kuchen

BIO-Fleischtheke mit regionalen Lieferanten **NEU**

Weststraße 49, 09112 Chemnitz
Tel. 0371 66629604
Öffnungszeiten:
Montag - Samstag 8-20 Uhr

KNACKfrisch
BIO Markt

www.bio-kassberg.de

Ihr freundlich familiärer Bio-Einkaufsmarkt

knackfrisch
BIO MARKT

BIO Vollsortiment

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

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

www.biomarkt-knackfrisch.de

Inhaberin: Karo a. Krug

Reihe: Heilsame Nahrung

Superfood: Koriander

von Ann König

Beim Thema Reinigung für Körper, Geist & Seele sollte einer nicht fehlen – der Koriander. Er ist einer der Könige, wenn es um die Befreiung von giftigen Schwermetallen in unserem Körper geht. Deshalb ist er auch einer der Hauptzutaten des Schwermetall-Detox-Smoothies. Besonders im Gehirn reinigt er mit geradz magnetischen Kräften schwer zugängliche Bereiche. Dafür muss vorher die Blut-Hirn-Schranke überwunden werden. Dies schafft das lebendige in Stängel und Kraut vorhandene Wasser. Es ist voller wirksamer Mineralstoffe, die sich auf dem Weg zum Gehirn mit den Aminosäuren Glycin und Glutamin verbinden und so Neurotransmitter bilden. Diese Neurotransmitter zieht unser Gehirn förmlich an. Als positiven Nebeneffekt reinigen die weiteren Pflanzenstoffe des Korianders unser Gehirn von Metallen und transportieren sie ab, damit die Nervenzellen wieder optimal funktionieren können.

Für einige von uns ist jedoch der Geschmack von Korianderkraut sehr unangenehm. Dies ist ein Hinweis, dass die Oxidationsrate von Metallen besonders hoch ist. Wenn sich ein Gemisch aus Aluminium, Nickel und Kupfer zersetzt (korrodiert), entstehen giftige Verbindungen, die über das Lymphsystem in den Speichel gelangen. Koriander bindet im Mund diese Oxidationsprodukte. Dies erzeugt dann diesen „schlechten“ Geschmack. Wem Koriander also nicht mundet, braucht ihn vielleicht besonders.

Weiterhin kann er nicht nur im Gehirn und Mund Erstaunliches leisten, sondern auch als eines der besten Leberreinigungsmittel unserer Leber und den Nebennieren helfen, sich von giftigen Stoffen zu befreien, den Blutzuckergehalt auszugleichen und Gewichtszunahme, Benommenheit und Gedächtnisproblemen vorzubeugen. Neben den reinigenden Wirkungen kann er zusätzlich bei der Abwehr von Viren, Bakterien, Parasiten und Würmern sowie den Abtransport von Schadstoffen aus unserem Körper unterstützen.

Seelisch kann er uns bei Verlegenheit, Unentschlossenheit bei Entscheidungen sowie beim Erkennen des Sinn des Lebens helfen. Er kann uns Klarheit bringen, sodass wir den eigenen Weg erkennen und uns nicht vom Kurs ablenken lassen.

Spirituell weist er auf das Thema „Reinigung und Entgiftung“ hin, d. h. nicht nur bezogen auf die körperliche Ebene, sondern auch auf den emotionalen Ballast. Es geht darum, sich das eigene Unbehagen anzuschauen und auch unseren Mitmenschen die Gelegenheit zu geben, den ganzen Schmerz heraus zu lassen. Die seelische Entschlackung hat genau so viel Gewicht, wie die körperliche. Deshalb ist der Koriander auch weltweit in den Küchen zu finden. Beim Essen von Koriander können wir daher an einen Mitmenschen denken, der vielleicht einen feinfühlig Zuhörer braucht, der ihn annimmt, wie er ist und nicht von anderen Meinungen überzeugen möchte.

Vgl. Anthony William: „Medical Food – Warum Obst und Gemüse als Heilmittel potenter sind als jedes Medikament“, München 2017, S. 246 ff

Anmerkung zur Schwermetallausleitung

von Kordula Möring (Lektorin und Heilpraktikerin)

Eine Schwermetallausleitung sollte langsam und gezielt angegangen werden, um eine Überschwemmung des Organismus zu vermeiden. Bereits im Vorfeld (bzw. einschleichend) kann mit hochdosierter Chlorella (nur in Bio-Qualität und außerhalb des Meeres angebaut; z. B. von der Firma Algomed aus Sachsen-Anhalt) begonnen werden. Damit werden erste Depots im Extrazellulärraum gelöst.

Danach können mit Bärlauch weitere Ablagerungen aktiviert und zum Schluss mit Koriander(tropfen) auch intrazellulär Depots gelöst werden; das alles unter kontinuierlicher Einnahme von Chlorella. Zusätzlich sollte viel stilles, lebendiges Wasser getrunken und immer die Ausscheidungsorgane unterstützt werden, also die Leber z. B. mit Mariendistel, Löwenzahn, Artischocke; die Nieren mit Goldrute und die Haut mit Basenbädern, Sauna, Kneipp-Kur... und natürlich auch mit Spezial-Smoothies.

Schwermetall-Detox-Smoothie

Rezepttipp nach Anthony William



Unseren Körper von giftigen Metallen zu befreien, ist nicht so einfach. Ob die Entgiftung von Erfolg gekrönt wird, hängt davon ab, in wie weit das gewählte „Reinigungsmittel“ die Metalle nicht nur lösen, sondern auch aus unserem Körper heraus transportieren kann und diese sich nicht wieder an einer anderen Stelle ablagern können. Manche Metalle und Legierungen sind zudem einfach, andere schwer löslich. Die Bereiche, in denen sie sich in unserem Körper verstecken, sind zudem auch ganz unterschiedlich. Mit den Zutaten im Schwermetall-Detox-Smoothie in Verbindung mit frisch gepresstem Staudensellerieaft haben wir alle hochwirksamen Zutaten, die sich bei der Arbeit der Loslösung und zuverlässigen Entsorgung gegenseitig unterstützen. Deshalb sollten pro Tag alle nachfolgend erwähnten Zutaten komplett als Smoothie oder einzeln zu unterschiedlichen Tageszeiten eingenommen werden.

Zutaten

- 2 Bananen
- 2 Tassen tiefgekühlte oder frische Blaubeeren oder 2 EL Pulver aus wilden Blaubeeren
- 1 Tasse Korianderkraut
- 1 TL Gerstengrassaftpulver
- 1 TL Spirulina
- 1 EL atlantischer Lappentang (Dulse)
- Saft von einer Orange
- 1/8 bis 1/4 l Wasser (je Bedarf)

Alle Zutaten können im Mixer zu einem Smoothie verarbeitet und je nach gewünschter Konsistenz mit etwas Wasser verdünnt werden.

Anthony William empfiehlt bei der Entgiftung neben dem Schwermetall-Detox-Smoothie den Körper mit weiteren hochwirksamen Pflanzen zu unterstützen, z. B. mit Zitronen, Staudensellerie, Äpfeln, Gurke, Spinat, Hibiskus, Melisse, Löwenzahn, Rotklee.

Vgl. Anthony William: „Heile Dich selbst – Medical Detox“, München 2020, S. 243 ff

Wer sich detailliert mit Detox beschäftigen möchte, könnte Heilpraktiker aufsuchen, die sich z. B. mit den Phönix- oder Spenglersan-Konzepten auskennen. Das sind kleine, deutsche Pharmaunternehmen mit einer breiten Produktpalette. Des Weiteren können auch die Firma Ceres mit ihren fantastischen Einzelmitteln und die Firma Phylak mit raffinierten, spagyrischen Mischungen für fast alle Lebenslagen äußerst hilfreich sein.

Unterstützt Eure Heilpraktiker, so lange Ihr sie noch habt...

Kontakt: Heilpraxis Kordula Möring · Schwerpunkte: Neue Homöopathie nach Korbler, Arbeiten und Testen mit der Einhandrute, Aufstellungsarbeit, u.v.m. Skype- / Zoom-Termine möglich · E-Mail hpkm@hpkm.de



TERMINE

Freitag, 15.04.2022

10:00 bis 18:00 Uhr Aufstellungen (Offener Tagesworkshop) mit Katharina Radestock Chemnitz · www.lichtherzen.com

17:00 bis 18:30 Uhr Workshop Vinyasa Yoga mit Luisa-Marie Müller · Aue · namaste-yoga.jimdosite.com

Samstag, 16.04.2022

18:00 Uhr Vollmondtrommeln · Hainichen OT Riechberg · www.zauberwege.com

Donnerstag, 21.04.2022

21.04. – 16.10. Start Aus- & Weiterbildung „Frauenlehrgang – Heil- & Wildpflanzen der Berge & Frauenkräuter“ mit Referenten der Wild- und Heilkräuterakademie · Bayern · www.daowege.de

Freitag, 22.04.2022

22. – 29.04. Fastenwandern und Selbstreflexion im Erzgebirge mit Kati Walther · Eibenstock OT Weitersglashütte · meine-glueckskueche.de

17:00 bis 20:00 Uhr Workshop Ayurveda-Detox mit Anja Burkhardt & Manuela Müller · Leipzig neuseenland-ayurveda.de

Samstag, 23.04.2022

23. – 24.04. Seminar Radiästhesie + Heilung mit der neuen Fraktalheilungs-Methode mit Georg Steffen Kotzur · Chemnitz · www.kraftort-lebensraum.de

23. – 24.04. Ausbildung Klangmassage „Klang & Energie“ Modul 1 mit Ruth Röllner · Waldenburger · www.klangschalen-energie.de

Projekttag „Mal Dir ein Bild“ mit Anja Flechsig & Dizaja Duck · Zwickau · www.raum-zeit-zwickau.de

13:30 bis 16:30 Uhr Ohne Angst vor Zecken in den Wald gehen... Dank ätherischer Öle – Unser Anwenderkurs mit Astrid Döhner & Bärbel Espig · Schwarzenberg · physiotherapie-espig.de

Sonntag, 24.04.2022

09:00 bis 17:00 Uhr Seminar Gut Zuhören – aber wie? mit Katrin Laux · Dresden · www.anukan.de

Dienstag, 26.04.2022

18:30 Uhr Vortrag Numerologie - Die Kraft der Zahlen mit Ina Klinger · Schneeberg · www.lebensfreude-ina-klinger.de

19:00 Uhr Kostenfreies Webinar 5 Schritte zum Wohlfühlgewicht ohne Diät & exzessiven Sport mit Anne Kotzur · annekotzur.de

Freitag, 29.04.2022

29.04. – 01.05. Yoga Retreat - Yoga aus dem Herzen mit Madhavi Veronika Broszinski · Wangerland · www.herz-balance.com

17:00 bis 20:00 Uhr Ayurveda-Workshop Ernährung und Verdauung mit Anja Burkhardt und Manuela Müller · Leipzig · neuseenland-ayurveda.de

Samstag, 30.04.2022

30.04. – 04.05. Zeitraum für monatl. Amnanda Kur & Amnanda Moksha Kur sowie Anleitung zur Übungsreihe Die Fünf »Tibeter«® mit Mandy Frank · Termin und Ort nach Absprache, www.miteinandersein.net/blog/drueberreden/ Tel. 0176 96678079

09:00 bis 12:00 Uhr Workshop Handlettering – wunderschöne Buchstaben & Schriften gestalten mit Susanne Danz-Jacob · Markneukirchen · glaeserner-bauernhof.de

10:00 bis 12:00 Uhr Workshop Morgen- & Abendrituale im Yoga mit Luisa-Marie Müller Aue · namaste-yoga.jimdosite.com

10:00 bis 18:00 Uhr Familienstellen in Leipzig (Lindenau) mit Christian Schilling · www.familienstellen.org

10:00 bis 18:00 Uhr Atem und Spirit – Tagesworkshop mit Jana Münzner · Schwarzenberg amryta.de

13:00 bis 23:00 Uhr Feuerlauf mit Dirk Kreuzer Chemnitz · www.schoenheitsweg.de

Sonntag, 01.05.2022

01. – 08.05. Basenfasten mit Wandern und Kochen im Erzgebirge mit Kati Walther · Eibenstock · meine-glueckskueche.de

10:00 bis 18:00 Uhr Familienstellen in Erfurt mit Christian Schilling · www.familienstellen.org

12:00 bis 20:00 Uhr Krieger-Schwitzhütte für Männer mit Dirk · Raum Chemnitz · www.schoenheitsweg.de

Montag, 02.05.2022

02. – 15.05. Heilbühner ade! Angeleitete 2-Wochen körperliche & mentale Reinigungskur mit Anne Kotzur · www.instagram.com

02. – 13.05. täglich 18-19 Uhr Neuer 2-Wochen-Kurs für stille Meditation mit Bettina Bauch, Limbach-Oberfrohna · www.das-reiki-portal.de

Dienstag, 03.05.2022

19:30 Uhr GEMEINSAM SINGEN – sich verbinden und stärken mit Barbara Bobgain · Hohndorf www.musikschule-barbara-bogdain.de

Freitag, 06.05.2022

06. – 08.05. Die Ausbildung zum LebensraumCoach nach der GeoResonanz-Methode mit Georg Steffen Kotzur · Chemnitz kraftort-lebensraum.de

Samstag, 07.05.2022

Trommelbau Tag 1 mit Kai & Kerstin Müller Hainichen OT Riechberg · www.zauberwege.de

07. – 14.05. Basenkur & Detox mit Silke Wendt · Rieth · www.gesundurlaub-klatzschmohn.de

10:00 bis 16:00 Uhr Workshop Arbeit mit der Kraft der Ahnen mit Jana Konrad · Geyer www.janakonrad.com

07. – 08.05. PRANA 1 – Grundlagenseminar der Pranaheilung Grit Wehrauch · Schwarzenberg · pranaheilung-erzgebirge.de

Sonntag, 08.05.2022

08. – 14.05. 5 Elemente – Qi Gong Workshop inkl. Kochkurs und Vollverpflegung mit Kati Walther · Eibenstock · meine-glueckskueche.de

Trommelbau Tag 1 mit Kai & Kerstin Müller Hainichen OT Riechberg · www.zauberwege.de

10:00 bis 18:00 Uhr Familienstellen in Radebeul mit Christian Schilling · www.familienstellen.org

Montag, 09.05.2022

19:00 bis 20:30 Uhr Vortrag Meditieren – finde Deinen Weg zu Dir Selbst mit Heike Seewald-Blunert · Meinersdorf · kontrast-reich-training.de

Dienstag, 10.05.2022

17:00 Uhr Workshop Social Media für therapeutische Berufe mit Lisa Sanladerer · Leipzig institut-sven-krieger.de

17:00 bis 18:30 Uhr Intuitiv in Bewegung – Erdung & inneren Frieden erfahren, eigene Körperseele spüren mit Mandy Flechsig · Rosau · www.mialma-mandyflechsig.de

Freitag, 13.05.2022

13. – 15.05. Yoga Retreat – Yoga im Licht des Regenbogens mit Madhavi Veronika Broszinski Bad Meinberg · www.herz-balance.com

19:00 bis 21:00 Uhr Frauenworkshop Healing Talks & Dance mit Bella Stuedel · Chemnitz bella-kalima.de

Samstag, 14.05.2022

14. – 15.05. Jahresausbildung in schamanischem Wissen Teil 3 Mut, Kraft, Feuer mit Sandra Wolfram · Olbernhau · www.hofmuehle-pfaffroda.de

10:00 bis 14:30 Uhr Praxis und Vortrag zur Wirkungsweise der Fruchtbarkeitsmassage mit Heike Seewald-Blunert · Meinersdorf kontrast-reich-training.de

Vorgestellt

Beziehungsreich

von Kathrin Oelsner



Manchmal legt einem das Leben Steine in den Weg und man darf sie mit Dankbarkeit erst einmal anschauen, um dann etwas Neues, Besseres, Größeres daraus zu bauen. Auch mir persönlich erging es so. Nach einem Schicksalsschlag habe ich beschlossen, mich nochmal neu zu entdecken und zu erfinden. Beruflich und privat an meine Grenzen geführt und ausgelagt, aber festentschlossen aus dieser Situation etwas Gutes hervorzubringen, entwickelte sich das starke Bedürfnis, anderen Menschen in ähnlichen Umständen auf Ihrem Weg zu begleiten. Das erfordert Offenheit, Vertrauen und Mut. Oftmals ist das nicht so leicht und es benötigt für diese Schritte einfach Hilfe von Außen.

Die Gründe, weshalb wir an solche Punkte gelangen können, sind so verschieden, wie wir selbst. Einigen macht das, was in unserer Gesellschaft gerade passiert Angst, andere stecken in einer Partnerschaftskrise und wieder andere stoßen durch Verletzungen und Traumata der Vergangenheit an ihre Grenzen. Das Leben ist ein sich ständig verändernder und beweglicher Prozess, dem wir uns mit Neugier und Vertrauen hingeben dürfen und uns immer wieder selbst neu entdecken können.

Das Leben ist Veränderung und wir auch.

Bei all diesen Prozessen und Herausforderungen biete ich Unterstützung in Form von psychologischer Beratung, Hypnose, Paar-, Beziehungs- und Sexualberatung und Holistic Bodywork an.

Kathrin Oelsner · Praxis Beziehungsreich Chemnitz

Henriettenstraße 51, 09112 Chemnitz

kontakt@beziehungs-reich.de

Tel. 0174 1306780 · www.beziehungs-reich.de



Salana
ENERGIEARBEIT

Salana ist ein Fleckchen Erde am Rande des Einsiedler Waldes in einer Jurte. Meine Vision ist es, in Kreisen in gebündelter Energie Großes zu manifestieren. Wir verbinden uns mit Mutter Erde, mit den Elementen und unserer Gedankenkraft. Die Zeit ist reif.

- Frauenkreise zum Voll- und Neumond
- Rituale, Jahreskreisfeste, Meditationen
- Motherdrum Healing / auch im Wald
- Energetische Heilbehandlungen

Weitere Informationen:

www.salana-energiearbeit.de

Mireen Fellmer

kontakt@salana-energiearbeit.de





Herzöffnung

Lasst uns wieder ins Fühlen kommen

von Sonja Schaarschmidt



„Eine Umarmung dauert drei Minuten, bis sich Herz an Herz berührt“ – das sind die ersten Zeilen des Refrains meines Liedes „Umarmung“. In der momentanen Zeit haben viele Menschen Angst, sich näher zu kommen, sie verlernen zu fühlen, schotten sich ab. Aus Angst lassen sie sich impfen und wissen nicht, was sie da ihrem Körper und ihrer Seele zumuten. Abgestumpftheit muss nicht sein.

Wir dürfen wieder lernen, auf unseren Körper zu hören, indem wir in Themen hinein fühlen, die uns belasten, sei es aus der Kindheit, aus früheren Leben oder als Mitbringsel von der Ahnenreihe. Vieles nicht Aufgearbeitetes lässt die Seele leiden.

Mit den Intelligenz-des-Lebens-Heilweisen kann ich Dir ein Tor öffnen zu einer neuen Welt, in der alte Muster und Blockaden aufgelöst werden, durch Herzöffnung Gefühle wieder hervortreten können. Durch die Q7-Vergebungsmethode ist es möglich, Partnerschafts-Probleme zu lösen, Nachbarschaftsstreitigkeiten ein Ende zu machen und vieles mehr. Ich höre Dir zu, erstelle ein Konzept und lasse Energie fließen. Da sie durch Raum und Zeit fließt, sind auch Fernbehandlungen möglich. Weiterhin biete ich energetische Hausreinigungen an, Anfertigung von Schutzkristallen, Anregung des Körpers zur Ausleitung von chemischen Stoffen und Schwermetallen oder fremdartigen, negativen Substanzen, Behandlung traumatischer Erfahrungen, Reinigen von belastenden Energien, Gefühlstransformation und vieles andere. Gerne berate ich Dich am Telefon oder persönlich.

Sonja Schaarschmidt

Oberpinker Str. 28 b, 08539 Drochaus

Tel. 0176 60432401 · www.seele-der-sonne.de

Ich bin Veränderung

Durch die Wunden zum Licht

von Frank-Ole Haake

Veränderung ist Alltag, auch in mir. Das Sichtbare ist der Weg vom Ingenieur über den Einzelfallhelfer für Jungen zum Künstler. Der Weg, der dahinter liegt, heißt: Vom Verbot, meine eigenen Wege zu gehen, zum selbstbestimmten Mann und erfolgreichen Künstler. Meine eigenen Wünsche und Impulse wurden durch Schläge bestraft. Schon als Säugling erfuhr ich: Was Du willst, interessiert niemanden. Ich beschloss: „Ihr kriegt mich nicht klein.“ Gott hat mir die Kunst in die Wiege gelegt. Ich habe mich lange verweigert. Doch Gott ließ nicht locker.



Foto: Anja Schneider

Zum einen wurde ich 1993 in der Gemeinschaft ZEGG neugeboren: als Ole. 2001 wurde ich zum anderen durch den Franziskanerpater Richard Rohr initiiert: vom Kind zum Mann. 2014 gestaltete ich Wände und Decken in mehreren Räumen der Frauenklinik Dresden. Eines Tages stand ich als Sozialpädagoge in einem Konflikt: Ich hatte Dienst und musste eine Ausstellung aufbauen... und mir wurde gekündigt. So konnte Ikarus landen, der Minotaurus wurde von seinem Vater befreit sowie Adam und Eva kehrten zurück ins Paradies. Das Essentielle daran sind der Weg und die Erfahrungen: *Durch die Wunden hinein ins Licht*. Diesen Satz nahm ich 2001 aus meiner Initiation mit und er ist kein Zuckerlecken. Der unlichte Doppelgänger ist machtvoll. Na und: Auch der kriegt mich nicht klein. Weil ich jetzt Kraft aus einem erfüllten Leben schöpfe, gebe ich diese Erfahrungen gern weiter: in der Kunst, in den Märchen oder in Beratungen.



Frank-Ole Haake (Ole Bildermensch)
Atelier in der Schokofabrik
Hopfgartenstrasse 1a, 01307 Dresden
Tel. 0176 6414 4532
www.ole-bildermensch.de

Life Activation, Einweihung & Selbstermächtigung

Erwecke Dein volles Potential

von Daniela Simart

Die 22 Strang-DNA-Aktivierung (engl. Life Activation) ist eine kraftvolle, über 3.000 Jahre erprobte Methode, die auf König Salomon zurückgeht. Sie dient uns in unserer heutigen Zeit dazu, das eigene Potential & die spirituelle DNA zu erwecken, verborgene Talente & Fähigkeiten ans Licht zu bringen, Dich mit Deinem höchsten Selbst zu verbinden, alte genetisch-karmische Strukturen zu bereinigen. Dein gesamtes Energiesystem wird ausbalanciert. Dies stärkt Dein Energiefeld, Deine Aura sowie Dein Immunsystem. Diese 1:1-Sitzung ist ein erster, wesentlicher Schritt in Richtung Selbstermächtigung. Wir sind hier um zu wachsen, uns zu entwickeln und aus unseren vollen Potentialen zu schöpfen. Willst auch Du das Leben manifestieren, für das Du hergekommen bist? Deine Bestimmung leben? Deine Wahrheit?



Auf diesem Weg unterstützt Dich die „Empower Yourself (= Ermächtige Dich Selbst)-Einweihung“, ein 2-Tage-Workshop, bei dem Du kraftvolle Übungen & Rituale zum täglichen Anwenden erhältst, die leicht umzusetzen sind, die Dir Schutz schenken, Dich in Deine Mitte zurückführen, Dir helfen, emotional ausgeglichener zu sein, um mit Ruhe, Frieden & Klarheit im Leben zu stehen. Du erhältst die 10-fache Menge an Energie, erfährst, wie Dein Energiesystem funktioniert (Aura, Seele), wie Du Dir das Leben erschaffst, das Du leben möchtest u.m. Ich freue mich auf Dich!

Termine „Empower Yourself“: 2. – 3.4. Berlin / 9. – 10.4. Schloss Montabaur

Daniela Simart · daniela.simart@gmail.com · Tel. 0176 68051576
www.lifeactivation.de

Du bist wertvoll!

„Das eigene Wesen völlig zur Entfaltung bringen, das ist unsere Bestimmung!“ Oscar Wilde

Aus gutem Grund liest Du gerade jetzt diese Zeilen. Erinnerung Dich: Du wurdest **voll mit Werten** in dieses Erdenleben geboren! Dein Wesen ist erfüllt mit Gaben, Talenten und in Deiner Brust schlägt ein Herz voller Liebe. Sei Dir dessen wieder bewusst! So wie im Frühling die Natur aus der Winterstarre erwacht, so schlüpfte auch Du aus Deinem Kokon aus alten Prägungen, Erfahrungen, unkonstruktiven Gedanken und zurückgehaltener Liebe. Spüre wieder in Dich! Entfalte Dein Potenzial und trau Dir zu, Dein Umfeld privat und beruflich durch Deine Anwesenheit sichtbar oder still zu bereichern. Du hast soviel zu geben mit Deinen Händen, Deinen Gedanken und Deiner Liebe. Vertraue auf Deine innere Führung! Gerne stehe ich Dir mit meinem Wissen, Erfahrungen und besonderen Fähigkeiten zur Seite, um Deinem Erinnerungsvermögen auf die Beine zu helfen; um zu entdecken, welch wunderbarer Schatz in Dir schlummert und nur darauf wartet, gelebt zu werden. Gott segne Dich!

Regina Rößler-Wagner
astrol. Psychologin / Heilerin
Zentrum für Geistiges Heilen
09484 Kurort Oberwiesenthal, Annaberger Str. 82
Tel. 037348 – 23962 & 22200
www.ganzheit-roessler-wagner.de



TERMINE

Sonntag, 15.05.2022

„Ohne Wurzeln keine Flügel“ – Systemaufstellungen für Familie, Partnerschaft, Gesundheit und Beruf / Familienaufstellung mit Katrin Apitz Leipzig · www.systemik-wachstum.de

10:00 bis 12:00 Uhr „Keiner kann mir nehmen, was ich getanzt habe“ I-DANCE-IT(Y)© mit Rosemarie Dagné · Chemnitz · www.i-dance-ity.jimdosite.com

Montag, 16.05.2022

18:30 bis 20:30 Uhr Online-Infoabend Kala Chakra Meditationsprozess mit Tara Gräfe www.kraftreisen.org

Samstag, 21.05.2022

21. – 22.05. Seminar Radiästhesie + Heilung mit der neuen Fraktalheilungs-Methode mit Georg Steffen Kotzur · Chemnitz · www.kraftort-lebensraum.de

21. – 22.05.2022 Ausbildung Klangmassage „Klang & Energie“ Modul 1 mit Ruth Röller Waldenburg · www.klangschalen-energie.de

Projekttag „Mal Dir ein Bild“ mit Anja Flechsig & Dizaja Duck · Zwickau · www.raum-zeit-zwickau.de

10:00 bis 18:00 Uhr Familienstellen in Dresden mit Christian Schilling · www.familienstellen.org

14:00 bis 16:30 Uhr Belebende Kräuterwanderung im Luchsachtal / Pöhla mit Hendrik Heidler & Bärbel Espig · physiotherapie-espig.de

21. – 22.05. Tempel der Heilung mit Tempelschlaf (24 Stunden) mit Jana Münzner · Schwarzenberg · amryta.de

Dienstag, 24.05.2022

18:30 Uhr Vortrag MET – Klopf Dich frei mit Ina Klinger, Heilpraktikerin Physiotherapie Schneeberg · www.lebensfreude-ina-klinger.de

Mittwoch, 25.05.2022

25. – 26.05. Seminar Radiästhesie + Heilung mit der neuen Fraktalheilungs-Methode mit Georg Steffen Kotzur · Chemnitz · www.kraftort-lebensraum.de

Samstag, 28.05.2022

28. – 29.05. Chakra Yoga Wochenende mit Luisa-Marie Müller · Aue · namaste-yoga.jimdosite.com

Wild- & Heilkräuter im Jahreskreis mit Ulrike Loretta Hanl · Eibenstock · www.kreutherkraftmanufaktur.com

28. – 29.05. Seminar Begegne Deiner Energie – Einweihung in den 1. Reikigrad mit Jana Konrad · Geyer · www.janakonrad.com

VORSCHAU JUNI 2022

03.06. 17:00 bis 20:00 Uhr Ayurvedisch Kochen Vom Flexitarier zum Vegetarier oder Vegener – Mut- und Muntermacher mit Heike Seewald-Blunert · Meinersdorf · kontrast-reich-training.de

04. – 08.06. Zeitraum für monatl. Amnanda Kur & Amnanda Moksha Kur sowie Anleitung zur Übungsreihe Die Fünf »Tibeter«© mit Mandy Frank · Termin und Ort nach Absprache · www.miteinandersein.net/blog/drueberreden/ · Tel. 0176 96678079

04. – 11.06.2022 Weiterbildung „Frauenkräuter – Frauenweisheit“ im Allgäu mit Referenten der Wild- und Heilkräuterakademie · Bayern www.daowege.de

04. – 05.06.2022 Weiterbildungswochenende in naturspirituellen und schamanischen Aufstellungstechniken mit Norbert Paul · Dennhertitz · www.miteinandersein.net

04.06. Projekttag „Mal Dir ein Bild“ mit Anja Flechsig & Dizaja Duck · Zwickau · www.raum-zeit-zwickau.de

04.06. 10:00 bis 17:00 Uhr Basisseminar „Wilde Wiese“ – 1x1 der Heil- & Wildkräuter mit Susanne Danz-Jacob · Markneukirchen · glaesner-bauernhof.de

05.06. 10:00 bis 18:00 Uhr Tag der Gesundheit – Neues aus der Welt der Gesundheit für Ihr Wohlbefinden im Forsthaus Trünzig · Langenbernsdorf · www.gesundheitsreisen-sonni.com

10. – 16.06. Basenfastenwandern im schönen Elstertal — eine Woche Erholung für Körper, Geist und Seele: Wandern, Vorträge, kreatives Gestalten mit Sonja Röpe · Elstertal · gesundheitsreisen-sonni.com

REGELMÄSSIGE TERMINE

Erzgebirge

Kunsthof Eibenstock www.kunsthof-eibenstock.de
Sri Sai Prana Yoga mit Annett Schädlich Yoga for all · Mi 8 Uhr // Für Anfänger · Mi 18 Uhr
Sri Sai Prana Yoga mit Kerstin Schreier Di & Do 18 Uhr // Relax Yoga Di 19:45 Uhr

Ganzheitl. Physiotherapie „Lebensfreude“ Schneeberg · Ina Klinger www.lebensfreude-ina-klinger.de
FrauenZeit

21.3. Jahreskreisfest Tagundnachtgleiche 17 Uhr
13.4. Käuertkunde und altes Heilwissen 17 Uhr
1.5. Jahreskreisfest Beltane 16 Uhr

NEU: Namaste Yogastudio · Luisa-Marie Müller Aue · www.namaste-yoga.jimdosite.com
Yogakurse & autogenes Training wöchentlich Meditation der liebenden Güte jeden 3. Donnerstag im Monat
Spirituelles Kaffeekränzchen 1 x im Monat ab 19.3. · 13:30 – 15:30 Uhr

AMRYTA Schwarzenberg · Jana Münzner www.amryta.de
Yoga des Herzens donnerst. 19:30 – 21:30 Uhr
Verbundener Atem 8.3. / 12.4. / 3.5. je 9 Uhr // 16.3. / 20.4. / 18.5. je 18:30 Uhr
Frauenfreitage 18.3. / 8.4. / 22.4. / 13.5. 19:30 Uhr
Atem & Spirit Tagesworkshop 12.3. / 30.4. je 10 – 18 Uhr

Zentrum für Yoga & Prana Schwarzenberg www.pranahheilung-erzgebirge.de
Sri Sai Prana Yoga (Hatha Yoga – alle präsent und online): wöchentlich mit Grit Weihrauch, jeden Di 8 Uhr / 19 Uhr // Do 18 Uhr // Fr 16 Uhr
Offener Abend Familienstellen mit Bettina Brückner 6.4. / 4.5. / 1.6. je 18:30 Uhr
Annaberg-Buchholz · Tel. 03733 – 26401

Begegnung und Bewegung im Lebenskreis Jana Konrad · Geyer · www.janakonrad.com
Jahreskreisfeste feiern in Gemeinschaft
21.3. Frühlings-Tag&nachtgleiche / 16.5. Beltane
Offenes Familienstellen 23.4. 10 – 18 Uhr
Qi Gong Kurs Teil 1 ab 31.3. sowie ab 25.5.
Schamanische Trommelgruppe auf Anfrage

Hofmühle Pfaffroda www.hofmühle-pfaffroda.de
Trommel- & Musiknachmittag
13.3. je 16 – 18 Uhr
Frauenkreis Herzlicht
6.3. / 3.4. / 8.5. je 16 – 18 Uhr
Schamanismus erleben
11.3. / 1.4. / 6.5. je 16 – 18 Uhr

HRV-Stressanalyse (Messung) inklusive Auswertung und Beratung, Stressprävention sowie Beratung zur Informationsfeldmedizin
Time Waver Med, mit Gabriele Giersch nach Terminvereinbarung · Eppendorfer www.eppendorfer-gesundheitspraxis.de

Fragen über Fragen

Vielleicht findest Du hier eine Antwort

von Jana Konrad

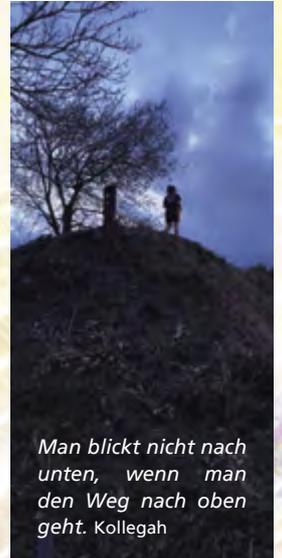
Spüre wieder die Magie um uns herum, lausche dem Rauschen der Blätter, spüre den Wind, die Bäume, Pflanzen und Mutter Erde unter Deinen Füßen. Lerne wieder der Melodie des Lebens, die uns umgibt und die in Dir schwingt, zu lauschen und zu vertrauen.

Hallo, mein Name ist Jana Konrad, ich wohne in Geyer im schönen Erzgebirge. Seit 2017 begleite ich Menschen auf ihrem Weg mit schamanischer Arbeit, Reiki, Lebensberatung, Familienaufstellung, in Einzel oder Gruppenarbeit, Entspannungsmethoden und Qi Gong. Es ist eine besondere Zeit, und es gibt viele Möglichkeiten, etwas zu verändern.

Wenn Du Dich angesprochen fühlst, möchte ich Dich von Herzen einladen zu einem kostenlosen Erstgespräch. Höre den Klang der Trommel und komme bei Dir an. Es geht um die Liebe. Lerne wieder, Dich zu lieben, um zu erkennen, wer Du wirklich bist.

*In diesem Sinne:
Aufstehen, Krone liegen lassen, Haare zerzausen und das Leben rocken.*

Begegnung und Bewegung im Lebenskreis · Jana Konrad
An der Pfarrwiese 95A, in 09468 Geyer
Tel. 0178 9333464
www.janakonrad.com



Man blickt nicht nach unten, wenn man den Weg nach oben geht. Kollegah



www.neue-gesundheitsberufe.de

Natürlich RückGrad e.V.
Berufsverband & Akademie

Natürlich RückGrad e.V.

Wir ebnen dir deinen Weg in die Selbstständigkeit.
Mit einem zertifizierten Gesundheitsberuf
in nur 5 Tagen Ausbildungszeit
ohne Arzt oder Heilpraktiker zu sein.

UNSERE TERMINE 2022 (GB-Gesundheitsberater-Ausbildung)

ab 12.03.2022	Beginn Webinarreihe Meridian-energieausgleich zur DORN-Methode	online
19./20.03.2022	Aderlass nach Hildegard v. Bingen	Suhl
23.03.-27.03.2022	GB Rücken, Füße, Gelenke	Suhl
13.04.-17.04.2022	GB Rücken, Füße, Gelenke	Bielefeld
27.04.-01.05.2022	GB Rücken, Füße, Gelenke	Timmel / Großefehn
23.05.-29.05.2022	GB Gesundheit, Schönheit, Vitalität	Alanya / Türkei
15.06.-19.06.2022	GB Rücken, Füße, Gelenke	Tübingen
23.07.-27.07.2022	GB/Trainer kompl. Rehabilitation	Prag
21.09.-25.09.2022	GB Rücken, Füße, Gelenke	Chemnitz
05.10.-09.10.2022	GB Rücken, Füße, Gelenke	Tübingen
17.10.-24.10.2022	GB Gesundheit, Schönheit, Vitalität	Alanya / Türkei
14.12.-18.12.2022	GB Rücken, Füße, Gelenke	Suhl

• Dein Natürlich RückGrad Gesundheitsverein •

für deine berufliche Selbstständigkeit | kompetente Ausbildung | rechtliche Beratung und Absicherung als Gesundheitsberater*in | bundesweites Kollegennetzwerk

Mehr Infos unter www.rueckgrad.com

Mobil: 0170 820 70 29 | Tel.: 07071 860 72 14 | Email: info@rueckgrad.com



Vorgestellt: TTENA®

Vitalsysteme, die bewegen

von Kathrin Salostowitz

Mein Name ist Kathrin Salostowitz und ich bin Teil des TTENA® – Teams. TTENA® ist eine Gemeinschaft aus gesundheitsbewussten Nutzern, begeisterten Therapeuten und Lebensbereichern. Über 30 Jahre war ich quasi „verheiratet“ mit meinem Job als Orthopädie-Schuhmacher. Nun bin ich mit unseren alternativen Methoden unterwegs und biete Lebensqualität.

Meine eigenen Erfahrungen mit meiner Sattelgelenksarthrose in beiden Daumen, die meine Hände so extrem schmerzen ließen, dass der Arzt meines Vertrauens mir ans Herz legte, den Job zu wechseln, ließen mich neue Wege suchen.

Der Arzt hatte keine andere Lösung als eine OP – und dabei gibt es so viel mehr Möglichkeiten, man muss sie nur finden. Ich habe es getan und bin voll purer Begeisterung.

Heilung ist eine Frage der Zeit. Manchmal ist es aber auch eine Frage der günstigen Gelegenheit. Hippokrates

Eigenverantwortung für mich und meinen Körper zu übernehmen, war mir schon immer wichtig. Auf meinem Weg, eine Lösung für mich zu finden, kamen der galvanische Feinstrom und die Bioresonanz in mein Leben. Altbewährte Methoden gaben mir Schmerzfreiheit und damit Lebensqualität zurück. Aber diese alternativen Methoden können noch viel mehr:

Sie sind unsere „Helden“ bei:

- Ängsten
- Depressionen
- Schlafstörungen
- chronischen Schmerzen u.v.m.



Mittlerweile geben wir TTENA®-Mitglieder diese Wunderwerke der Natur mit großer Begeisterung an viele Hunderte von Menschen weiter.

Sich selbst in einer Heimanwendung jeden Tag gutes zu tun, den Körper in seiner Leistungsfähigkeit zu unterstützen und das „mit ca. 80% Sofortreaktion“, ist unser Trumpf. Der Betreuungsservice bei TTENA® ist einer der wichtigsten Bestandteile, für unsere Kunden und Partner, der uns persönlich sehr am Herzen liegt.

Unsere Mission: „Menschen zu helfen, sich selber zu helfen“ steht dabei im Fokus.

Wenn auch Dir Deine Gesundheit das höchste Gut ist,

- Du mental aus Deinem Tiefpunkt kommen willst,
- Du nicht mehr unter Schlafstörungen leiden möchtest,
- Du Deine chronischen Schmerzen überwinden willst,
- Dich nicht mehr von Ängsten quälen lassen möchtest,
- Dich von Deinen Kopfschmerzen befreien willst,
- dann lass uns in Kontakt treten und eine Lösung für Dich finden.

Kathrin Salostowitz
09405 Gornau
Tel. 0172 7617976
k.salostowitz@gmail.com
www.ttena-vitalsysteme.de



Gabriele Giersch

Energetische Therapeutin

- Ganzheitliche Analyse von Körper, Geist und Seele durch die Informationsfeldtechnologie TimeWaver Med
- Energetische Heilanwendungen
- Raumharmonisierung von Privat- und Geschäftsräumen



Gern unterstütze ich Sie bei der Bewältigung aller gesundheitlichen Herausforderungen auf körperlicher, geistiger und seelischer Ebene, wenn herkömmliche Medizin nicht weiter weiß. Energetische Anwendungen können helfen, Blockaden zu lösen, wertvolle Lebensenergie zu tanken und ermöglichen mehr Lebensfreude und Vitalität bis ins hohe Alter.



Talstraße 5, 09575 Eppendorf · Tel. 0157 – 82462946
www.eppendorfer-gesundheitspraxis.de

Probleme mit Long- oder Post-Covid?

von Bärbel Espig

Du fühlst Dich immer noch kraftlos, nicht belastbar, ständig müde, hast Schwierigkeiten, Dich zu konzentrieren (Gehirnnebel)? Du möchtest endlich in Deine Kraft kommen und das Leben wieder feiern? Ja? Dann melde Dich jetzt für einen Beratungstermin bei mir.

Gemeinsam mit meinen Kollegen aus dem Vitalzentrum Schwarzenberg fangen wir da an, wo andere nicht weiterwissen. Unter www.kairos-bloggt.de findest Du Erfolgsgeschichten zur Behandlung von Post- bzw. Long-Covid. Ich freue mich auf Dich.



Kairos
METHODE

Bärbel Espig · Tel. 0171 7482649 oder
info@physiotherapie-espig.de



Du möchtest Heilpraktiker für Psychotherapie werden?

Wir haben ein Konzept entwickelt, was dich da abholt, wo du stehst und dich da hin bringt wo du willst.

Ohne Schnick Schnack, ehrlich und mit Herz.

Wenn du mehr erfahren möchtest, nutze ein persönliches Beratungsgespräch oder komme zu einem Infoabend.

WIR FREUEN UNS AUF DICH!



Institut
Sven Krieger

Ausbildung zum Heilpraktiker für Psychotherapie

Fortbildung in Psychotherapieverfahren

Chemnitz / Dresden / Leipzig

www.institut-sven-krieger.de

T. +49 (0) 371. 23 47 96 99



REGELMÄSSIGE TERMINE

Vogtland

Das Wärmende Herz · mit Antje Zimmer
Plauen · www.das-waermende-herz.de
Frauenkreise um Neu- und Vollmonde herum,
Themenabende, Treffen „Einfach
miteinander reden“ jeden Mittwoch

NEU: Daniela Simart · Kurse und Energieheilungen in Plauen und Umgebung
daniela.simart@gmail.com · Tel. 0176 68051576
Kinderyoga, Eltern-Kind-Yoga, Gyrokinesis,
Meditationskurse, Frauenkreise
Energetische Heilsitzungen · www.lifeactiva
tion.de · Workshoptermine erfragen

Gläserner Bauernhof Vogtland e.V. · Mark-
neukirchen · www.glaeserner-bauernhof.de
Hutzn Stube
27.4. / 11.5. / 8.6. je 14:30 – 16:30 Uhr
Mit der Natur durchs Jahr
28.4. / 12.5. / 9.6. je 17 – 20 Uhr
Kräuterkurs 24.5. / 13.7. je 16 – 18 Uhr

Stammtisch PraNeoHom mit Mandy Goller
nach Absprache · Praxis Falkenstein
Tel. 03745 – 751395

BIDANZA mit Christine Lukaschek 19.3. / 23.4. /
21.5. / 11.6. je 14:30 bis 17:30 Uhr · Goethehalle
Treuen · www.biodanza-chemnitz.de

Raum Zwickau

Forsthaus Trünzig · Langenbernsdorf · www.
gesundheitsreisen-sonni.com
Wildkräuterwanderung 8.5. 10 – 14 Uhr

Spirituellel Stammtisch · 2.3. / 6.4. / 4.5. The-
ma „Entdecke Dein wahres Selbst“ · Beginn je 18
Uhr, Restaurant „Goa“, Pleißencenter Werdau
Anmeldung Christiane Peyerl · www.zentrumfgl.de

Raum und Zeit by AF mit Anja Flechsig · Zwickau
www.raum-zeit-zwickau.de
Projekttag Mal Dir ein Bild 23.4. / 21.5. / 6.4.
Trommelabend jeden 1. Donnerstag im Monat
Meditations- & Achtsamkeitskurse auf Anfrage

NEU: Musikschule Barbara Bogdajn · Hohndorf
www.musikschule-barbara-bogdajn.de
Gemeinsam Singen 1.3. / 5.4. / 3.5.
je 19 – 20:30 Uhr

Raum Chemnitz

Reiki-Oase · Bettina Bauch · Limbach-Oberfrohna
www.reiki-oase-lo.de
jed. 1. Mittw. im Monat: 2.3. / 6.4. / 4.5. / 1.6.
Offene Sprechstunde 16 Uhr
Austausch-Abend 19 Uhr – heilsame Begeg-
nungen; Meditationskurse u.v.m.
Virtuelle weltweite Meditation für Öffnung
von Herz und Verstand · zu jeder Dekade:
jed. 10. / 20. / 30. des Monats je 20 Uhr

Zellharmonie · Manuela Wende
www.zellharmonie.de

Klangreisen Waldenburg 10.3. / 8.4.
Salzgrotte Wolkenburg 25.3. / 29.4. / 27.5.
Hohendorf 18.5.

ENERGY DANCE® Online jeden Mo und Do,
Live-Kurse – Termine erfragen
www.energydance-sachsen.jimdo.com
Frauenkreis Waldenburg Termine erfragen

Klangschalen Energie · Ruth Röllner · Walden-
burg · www.klangschalen-energie.de
Klangreisen an Voll- und Neumonden
Klangausbildung 5. – 6.3. / 23. – 24.4. /
21. – 22.5.22

Salzgrotte Salaero · Hohenstein-Ernstthal
www.salaero.de
Hypnotische Phantasiereise
14.3. / 11.4. / 25.4. / 9.5. je 19 Uhr
Klangschalenenerlebnis 24.3. / 28.4. je 19 Uhr /
20.5. 18 Uhr
Shiatsu-Massagetag 11.3. / 8.4. / 13.5. je 1,5h
Craneo-sacrale Osteopathie 17.3. / 31.3. /
21.4. / 22.4. / 19.5. / 20.5. je 1h
Himalaya-Salz-Öl Rückenmassage
12.3. / 30.4. je 1 h

EM-Stammtisch Chemnitz organisiert
von Heidemarie Wagner · Tel. 0371 225575
jed. 2. Montag im Monat, 19 Uhr
Chemnitz · bitte anmelden

NEU: Carina Karla Energetics · Chemnitz
t.me/CarinaKarlaEnergetics · Tel. 0177 6704531
Zeit für Berührung 11.3. / 8.4. / 6.5. je 18 Uhr
Offener Aufstellungsabend
25.3. / 21.4. / 20.5. je 17 – 21 Uhr
Offener Aufstellungstag
13.3. / 10.4. / 8.5. je 11 – 16 Uhr
Atemmeditation 22.3. / 19.4. / 17.5. je 18 – 20 Uhr

NEU: Tempel der Glückseligkeit · Chemnitz
Vier-Hand-Synchron-Massage 5.4. / 3.5.
Carina Karla & Mandy Frank · Bitte Termin
vereinbaren · Tel. 0176 96678079
Meditouchion „Heute schon Liebe mit Dir
gemacht?“ mit Mandy Frank 1.4. / 29.4. / 3.6.

Praxis für Geomantie + Radiästhesie
Georg Steffen Kotzur · Chemnitz
www.georgsteffenkotzur.com
LebensraumCoach 9. – 11.4. / 6. – 8.5. / 11. – 13.6.
Radiästhesie und Heilung – Fraktalheilung
12. – 13.3. / 24. – 25.3. / 23. – 24.4. / 21. – 22.5. /
25. – 26.5.

VRIDI · Katja Schönherr · Chemnitz
www.viridi-chemnitz.de
Vortrag Ätherische Öle
16.3. / 6.4. / 4.5. je 18 – 20 Uhr
Snacks mit ätherischen Ölen 22.4. 17 Uhr
Wasserworkshop 9.4. 10 Uhr
Naturkosmetik herstellen 20.5. 17 Uhr

Lichterzen mit Katharina Radestock
Chemnitz · www.lichterzen.com
Jahreskreisfeste 22.3. Frühling Tagundnacht-
gleiche / 30.4. Beltane je 18 – 21 Uhr
Offener Aufstellungstag 15.4. / 26.5.
je 10 – 18 Uhr

LASS UNS TANZEN! TANZE DICH! TANZE ES!
und entfalte dabei spielerisch tänzerisch Deine
IDENTITÄT = I-DANCE-IT(Y)® mit Rosemarie
Dagné · sonntags 13.3. / 10.4. / 15.5. je 10 – 12
NEU: freitags 25.3. abends 19 – 21 Uhr · Chemnitz
www.i-dance-ity.jimdosite.com

Biodanza – Tanz des Lebens mit Christine
Lukaschek · ab 5.4. dienstags aller 14 Tage in der
geraden KW um 19:15 Uhr Physiotherapie „Pro
Vitas“, Chemnitz · www.biodanza-chemnitz.de

Die Tanzoase Chemnitz · Bella Steudel
wöchentl. Kurse / Ausbildungen: Bauchtanz,
Hula-Tanz, Zenbo Balance und Mantra-Dance
www.bella-kalima.de

Schönheitsweg · Raja Yoga Chemnitz
www.schoenheitsweg.de
Männerkreis mit Dirk Kreuzer
10.3. / 31.3. / 21.4. / 9.5. / 2.6. je 19 – 22 Uhr

Seitai – Katsugen Undo = Die Kunst der
spontanen und authentischen Bewegung
mit Werner Ahrens · Tel. 0371 4046240
Termine bitte erfragen · Ort: Delphin
Chemnitz, Peterstr. 26, Chemnitz

Die Tanzoase Chemnitz · Bella Steudel
wöchentl. Kurse / Ausbildungen: Bauchtanz,
Hula-Tanz, Zenbo Balance und Mantra-Dance
www.bella-kalima.de

Schönheitsweg · Raja Yoga Chemnitz
www.schoenheitsweg.de
Offener Männerkreis mit Dirk Kreuzer
10.3. / 31.3. / 21.4. / 9.5. / 2.6. je 19 – 22 Uhr
Geschlossener Männerkreis Start am 17.5.

EM-Stammtisch Chemnitz organisiert
von Heidemarie Wagner · Tel. 0371 225575
jed. 2. Montag im Monat, 19 Uhr
Chemnitz · bitte anmelden

SALANA Energiearbeit mit Mireen Fellmer
www.salana-energiearbeit.de
Erdenhüterinnen-Frauenheilkreis zum
Vollmond 18.3. / 16.4. / 16.5. je 18 Uhr
Jahreskreisfeste 21.3. Ostara /
30.4. Beltain / 21.6. Litha je 18 Uhr

ZauberWege e.V. · Kerstin & Kai Müller
Hainichen · www.zauberwege.de
Die MONDIN ruft (Frauenkreis)
18.3. / 16.5. / 14.6. je 17 Uhr
MannSein 1.3. / 5.4. / 3.5. je 18 Uhr
Schwitzhütte 30.4. für Frauen / 11.5. ab 11 Uhr

Kräuterangebote mit Elisabeth Püschmann
Dittmannsdorf · www.kraeuter-gut.de
Kräuterführung 1.4. / 24.4. / 6.5. / 29.5. / 3.6.
Am Kräuter-Gut-Tisch
11.3. / 25.3. / 22.4. / 20.5. / 24.6. je 17 – 20 Uhr
Wild- & Heilkräuter-Werkstatt · 12.3. / 15.5. /
18.6. je 9:30 – 17 Uhr
Frauengeflüster 18.3. Ostara / 29.4. Beltane
17 – 20 Uhr
Kurfürsten Anna Kräutertisch · 9.3. / 13.4. /
11.5. / 8.6. je 17 – 20 Uhr

Mi alma · Mandy Flechsig · Rossau
www.mialma-mandyflechsig.de
Energiearbeit & Aufstellungen der Neuen Zeit
Chemnitz 22.4. / 20.5. je 15 – 19 Uhr
Rossau 4.3. / 6.5. je 16 – 21 Uhr
Neumond-Lichtkreis der Frauen
Rossau 1.4. / 30.4. / 30.5. je 18 – 21 Uhr

Raum Leipzig-Halle

Neuseeland Ayurveda · Anja Burkhardt
www.neuseeland-ayurveda.de
Kurs Autogenes Training
ab 10.3. je 9:30 – 10:45 Uhr

Klangtempel · Manuela Ina Kirchberger
(MIK) & Thomas Plum · Markkleeberg · www.
klangtempel.net
Spielstunde Monochord & Elfenharfe
Anfänger 22.3. / 19.4. / 24.5. je 18 – 21 Uhr
Fortgeschr. 29.3. / 26.4. / 31.5. je 18 – 21 Uhr
Handpanworkshop – Einführung ins Hand-
panspiel & intuitives Spielen 26.3. / 23.4. /
21.5. / 25.6. je 14 – 18 Uhr
Fortgeschrittene 1.4. 18 – 20 Uhr

Dresden-Elbland

AnuKan – Zentrum für Berührungskunst
Dresden · www.anukan.de
Kleine Liebeschule
23.3. / 6.4. / 20.4. / 4.5. / 18.5. je 19 Uhr
Kleine Bondageschule
25.4. / 9.5. / 23.5. / 13.6. / 27.6. je 19 Uhr
Massagevorführungen
17.3. / 28.4. / 19.5. / 23.6. je 19:30 Uhr
Offener Bondage-Abend
3.3. / 21.4. / 12.5. / 2.6. je 19 Uhr

Praxis Resonanzbewusstheit · Freital
mit Kirsten von der Heiden
www.resonanzbewusstheit.info
Systemische Aufstellungsarbeit · Sa 12.3. /
26.3. / 9.4. / 23.4. / 7.5. / 21.5. je 14 – 18 Uhr
Offene Trauerkurse Mi 2.3. / 16.3. / 13.4. /
27.4. / 11.5. / 25.5. / 8.6. je 15:30 – 17:30 Uhr
Glück auf! Kuschtreff Mo 7.3. / 21.3. / 4.4. /
18.4. / 2.5. / 16.5. / 30.5. je 18:30 – 21:30 Uhr
NEU: Lesezeit im Pesterwitzer Salon Mo
14.3. / 11.4. / 09.5. / 13.6. je 17:30 – 19:00 Uhr
Anmeldung bis 3 Tage im Voraus
Kirchenführung St. Jakobuskirche Pesterwitz
Termine & Uhrzeiten siehe www.kirche-
pesterwitz.de/historisches/kirchenfuehrung/

Regelmäßige Miteinander-Aufstellergruppe
jed. 2. Montag im Monat (von 14 – 17 Uhr, Arbeits-
kreis Miteinander von Kollegen, die Ausstellungs-
arbeit in ihrem Berufsleben in Dresden-Elbland
nutzen · www.resonanzbewusstheit.info

Praxis HerzBalance · Veronika Broszinski
Großenhain · www.herz-balance.com
Yoga für ALLE mittwochs je 17:30 – 19 Uhr
Kinderyoga montags / mittw. je 13 – 14:45 Uhr

Mecklenburg-Vorpommern

NEU: EhrlichZeit · Elisabeth Penselin & Chris-
toph Konradi · www.ehrlichzeit.de
Auszeit-Seminar für Paare in der Natur mit
Camper, Schifferwagen, Zelt & Co auf Rügen
7. – 10.7. / 15. – 18.9.2022

Gesundhaus Klatschmohn · Silke Wend
Riether Winkel, Stettiner Haff
www.gesundurlaub-klatschmohn.de
Termine: Kocherlebnis, Kochschule saisonal,
vegan, vegetarisch – interaktiv (online) oder
präsent im Gesundheits jed. 1. Sa im Monat

Ginkgo Mare Ostseebad Prerow
www.ginkgomare.de
Wöchentliche Kurse Yoga, Entspannung,
Meditation je 17 – 18 Uhr

Fastenreisen

Gläserner Bauernhof Vogtland e.V. · Mark-
neukirchen · www.glaeserner-bauernhof.de
Geführte Heilfastenwoche nach Buchinger
27.3. – 2.4.22

Meine Glücksküche · Kati Walther
www.meine-glueckskueche.de
Fastenwandern und Selbstreflexion
22. – 29.4. Eibenstock im Erzgebirge / 17. – 24.7.
Elbsandsteingebirge / 12. – 19.8. Erzgebirge
Intervallfasten 19. – 22.8. Eibenstock Erzg.
Basenfasten 1. – 8.5. Eibenstock Erzgebirge
5 Elemente – Qi Gong Workshop 8. – 14.5.
Fasten – Abenteuer am Wohnort in Mittwei-
da (ohne Übernachtung) tgl. 18 – 19 Uhr
1. – 8.4. / 3. – 10.6.

Fasten nach Dr. Otto Buchinger sowie Basen-
kuren im Gesundheitszentrum im Stettiner
Haff · ganzheitl. geleitet von Silke Wendt mit
Kochkurs & Ernährungsberatung u.m. in der
von Ursprünglichkeit geprägten wunderschönen
Umgebung im Riether Winkel · Termine: www.
gesundurlaub-klatschmohn.de

Fasten & Wandern im Landhaus Kladow
mit Regina Paas in Crivitz
Fastenwochen 26.2. – 5.3. / 2. – 9.4. /
23.4. – 30.4. / 21. – 28.5. / 18. – 25.6. / 2. – 9.7.
www.fastenwandern-landhauskladow-mv.de

Ostsee-Fastenkuren auf Usedom / Zinnowitz
Britta Tackmann · www.fastenandersee.com
Parkhotel Am Glienberg 6. – 12.3. / 3. – 9.4. /
8. – 14.5. // 9. – 15.10. / 6. – 12.11. / 27.11. – 3.12.
Vineta Vital Hotel 20. – 26.3. / 24. – 30.4. /
29.5. – 4.6.

Überregional

Natürlich Rückgrad e.V. · www.rueckgrad.com
Webinarreihe Meridianenergieausgleich zur
DORN-Methode ab 12.3.
Aderlass nach Hildegarde v. Bingen 18.3. Suhl
Ausbildung zum Gesundheitsberater
23. – 27.3. Suhl / 13. – 17.4. Bielefeld / 27.4. – 1.5.
Timmel/Großbefein / 23. – 29.5. Alanya (Türkei) /
15. – 19.6. Tübingen

Institut Sven Krieger · institut-sven-krieger.de
Infoabende zur Ausbildung:
Heilpraktiker für Psychotherapie
11.3. in Chemnitz und Leipzig je 18:30 Uhr
Schreib- & Poesiearbeit 4.3. je 19:13 Uhr online
Info-Workshop Hypnose 21.5. / 16.7. je 9 – 16 Uhr
Systemaufsteller 29.5. 18 Uhr

Mehner & Busshardt Akademie für Ganzheit-
liche Medizin GmbH · www.mehner-busshardt.de
Kostenfreie Informationsabende zu den
Ausbildungen in Dresden 7.3. / 30.5. / 16.6.:
Homöopathie / Kinesiologie je 18 Uhr
Heilpraktiker je 19:30 Uhr

Online

Natürlich Rückgrad e.V. · www.rueckgrad.com
Online COSMIDO – Spiralmuskultraining
jed. Mi 18:30 – 19:30 Uhr / jed. Sa 9 – 10 Uhr

Ganzheitliches Ernährungscoaching · Anne
Kotzur · Tel. 0163 8529861 · www.annekotzur.de
Kostenfreies Webinar 5 Schritte zum Wohl-
fühlgewicht ohne Diät & exzessiven Sport
15.3. / 29.3. / 12.4. / 26.4. je 19 Uhr
Heißhunger ade! Angeleitete 2 Wochen-Rei-
nigungskur bei Dir zu Hause, inkl. zwei
Onlinecoachings, ab jedem ersten Montag im
Monat 7. – 20.3. / 4. – 17.4. / 2. – 15.5. / 6. – 19.6.

Kleine Ayurvedische Reinigungskur · 10 Tage
(gemeinsam in der Onlinegruppe per Whats-
app / Telegram) mit Mandy Frank · 22. – 31.3. /
19. – 28.4. · www.Tempel-der-Glückseligkeit.de

Your Way of Life mit Bianca Rantzsch
Zwickau · www.bianquita.de
Online-Workshop Hochsensibilität
7.3. / 4.4. / 2.5. / 6.6. je 19 Uhr
Online-Workshop Human Design Einführung
14.3. / 11.4. / 9.5. je 19 Uhr
Online-Workshop Creating the Life of your
Dreams – Kakaazeremonie
26.3. / 23.4. / 28.5. je 10 Uhr



Ruth Rölller Klang & Energie

- Klangmassage, Klangerlebnis
- Ausbildung Klangmassage Modul 1
05.-06.03.22
23.-24.04.22
21.-22.05.22
- Beratung und Verkauf von Klangschalen
- Alle Angebote auf Anfrage möglich

Klang & Energie
Ruth Rölller · Waldenburg
Tel. 0172-3577537 oder 037608-489951
info@klingschalen-energie.de
www.klingschalen-energie.de

Sich verbinden und stärken Gemeinsam Singen

Bringt eure Lieblingslieder mit. Ich begleite auf verschied. Instrumenten. Wer nicht singen möchte, darf auch nur summen. Es geht nicht um Perfektion sondern um das Miteinander! Ich freue mich auf Euch.



Termine: 1.3. / 5.4. / 3.5.2022

Barbara Bogdain · 09394 Hohndorf
Bitte Voranmeldung: Tel. 0174 6091693 · www.musikschule-barbara-bogdain.de

Manuela Wende

*Ich bin ich. Das weiß ich ganz genau.
Ich gehe mit Freude in die neue Zeit.*



Klangreisen
Waldenburg: 10.3. / 8.4.
Salzgrotte Wolkenburg 25.3. / 29.4. / 27.5.
Hohndorf 18.5.

ENERGY DANCE® Online jeden Mo und Do, Live-Kurse – Termine erfragen

Frauenkreis Waldenburg
Termine erfragen

Alle Infos unter www.zellharmonie.de

Keiner kann mir nehmen, was ich getanzt habe Abendpremiere I-DANCE-IT(Y)® 25.3.22

Am Abend des 25.03.2022 starten wir das I-DANCE-IT(Y)® vom Boden liegend. Es wird eine kleine Anleitung geben, die Dich unterstützt gut bei Dir und in Deinem Körper anzukommen. Im Anschluss TANZEN wir ohne verbale Eingaben. Die Musikauswahl wird Dich dabei durch ausgewählte Qualitäten des Erlebens führen. Wir beginnen und beenden im stillen Sitzkreis. Bring Dir dazu bitte eine Decke mit.



Aktuelle Informationen und Anmeldung: Rosemarie Dagné
Tel. 037206-89900 · or-dagne@t-online.de · www.i-dance-ity.jimdosite.com

Workshops mit Handpans in Markkleeberg (bei Leipzig) Bist Du von Hang & Handpans fasziniert?



Dann ist dieser Workshop für Dich das Richtige!

In kleiner Gruppe und schöner Atmosphäre tauchen wir in die wunderbaren Klänge der Handpans ein. Wir stellen unterschiedliche, sehr gute und namhafte Handpans vor. Ihr dürft jede einzeln ausprobieren und spielen.

Wir zeigen Euch verschiedene Anschlagstechniken und führen Euch in das intuitive, gemeinsame Handpanspiel ein. Natürlich erfahrt Ihr auch noch ein wenig Hintergrundwissen zu den Handpans und deren Entstehung. Eure Fragen beantworten wir gern.

Termine aktuell: 26.3. / 23.4. / 21.5. / 25.6.2022 (jeweils 14 – 18 Uhr)
Bitte vorher anmelden, da begrenzte Teilnehmerzahl.

Weitere Infos zu Workshops, Konzerten und Einzelsitzungen:
www.klangtempel.net

Bei Interesse melde Dich bei uns: mik@klangtempel.net

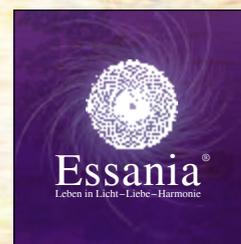
Wir freuen uns auf Euch!
MiK & Thomas

PS: Ab April planen wir eine **Handpanspielgruppe für Fortgeschrittene** in Markkleeberg.

Energiearbeit in Chemnitz Seitai – die Urenergie in Aktion...

von Werner Ahrens

...spontan – überraschend – individuell – harmonisierend. Ein Weg der persönlichen Entwicklung in größere Freiheit! Seitai ist die Kunst authentischer Bewegungsabläufe. Seitai ist die Kunst der Selbstbalance. Seitai ist die Kunst der Evolution zum wahren Selbst.



Zielgruppe: Therapeutische Berufe – Künstler – Musiker und jeder interessierte Mensch allgemein zum Kennenlernen und Praktizieren sowie Bereitwillige auf Entdeckungsreise zu ihrer wahren Berufung und Lebenserfüllung wie auch Menschen mit dem Thema „Ferien von Ich“.

Veranstaltungen (Termine unter miteinandersein.events)

- **Seitai-Abendgruppen** (mittwochs, Beginn 19:30 Uhr), Kursgebühr € 20,-
- **Seitai Tagesseminar**, Kursgebühr € 120,-
- **Seitai Intensivwochenend-Basiskurs für Anfänger, Wiederholer als auch Auffrischer** (Sa 10 – 18 / So 10–17 Uhr), Kursgebühr € 240,-

Veranstaltungsort für Gruppen und Seminare: Delphin-Chemnitz (im Konferenzraum klingeln), Peterstraße 26, 09130 Chemnitz (Sonnenberg)

Werner Ahrens ∞ Lehrer – Coach – Instruktor in Seitai + Seiki Methoden Kinesiologie (Biographische + spirit. Tests / Sherlock-Methode) · **Geomantie und Lebensraumharmonisierung** · **Klang-Art** (Klangmassagen + Klangschalenperformances) · **Ausbildungen** · **Seminare** · **Coachings**
Persönliche Profil-Balancen · Hilfe bei Problembewältigung · Feinstoffliche Beratungen und Fernberatungen · Energetik und Fernenergetik · Fernbalancen und Ferncoachings · Evolutionstraining und spirituelle Begleitung

Kontakt und Info: Essania · Leben in Licht – Liebe – Harmonie · Werner Ahrens
Jakobstr. 51, 09130 Chemnitz · Tel. 0371-4046240 · E-Mail essania@web.de



Überregional

Heilpraxis HP **Kordula Möring** · Schwerpunkte: Neue Homöopathie nach Körbler, Arbeiten und Testen mit der Einhandrute, Aufstellungsarbeit, u.v.m · Für Termine bitte melden unter 0177 5464188 / Skype- / Zoom-Termine möglich E-Mail hpkm@hpkm.de

Mandy Frank · BerührSinn – ENTwicklerin · De-Armouring · Amnanda Moksha Kuren · Amnanda Kuren · Ayurveda Anwendungen · Die Fünf-Tibeter® Anleitungen · Mentoring · Energetische Aufstellungen · Warnemünde + Chemnitz / ERZ Tel. 0176 96678079 · ayurveda-mandy-frank@web.de · www.Tempel-der-GlückSeeligkeit.de

Christian Schilling · 2004 – 2017 bei Bert Hellinger als Familiensteller gelistet. Erfahrungen aus über 7.000 Aufstellungen. In Altenburg, Bremen, Berlin, Chemnitz, Dresden, Erfurt, Gera-Posterstein, Leipzig, München, Plauen, Radebeul, Zwickau · Tel. 0174 8367945 · www.familienstellen.org

Natürlich RückGrad e.V. · Akademie & Berufsverband für Deine berufl. Selbstständigkeit, kompetente Ausbildung · rechtl. Beratung & Absicherung als Gesundheitsberater · Mitgliedschaft i. Kollegennetzwerk in ganz Dtl. · Handwerkerpark 3, Tübingen · info@rueckgrad.com Tel. 07071 8607214 · www.rueckgrad.de

PLZ 01

Paracelsus Heilpraktikerschule Dresden Studienleiterin Renate Winkelmann, Heilpraktikerin für Psychotherapie · Schweizer Str. 3a, 01069 Dresden · Tel. 0351 4721515 · dresden@paracelsus.de · www.paracelsus.de/dresden

Natürlich Essen & Abnehmen – Dein Körper ist Dein Kompass. Nachhaltiges Wohlfühlgewicht Intuitives Essen · Mehr Gelassenheit · Ganzheitliches Ernährungscoaching · **Anne Kottzur** · Tel. 0163 8529861 · kottzur.anne@gmail.com · www.annekottzur.de

AnuKan – Zentrum für Berührungskunst · Liebe leben · Kurse, Seminare, Abendveranstaltungen & Ausbildungen rund um Berührung, Sexualität und (Selbst-)Liebe · Buchenstraße 12, 01097 Dresden · Tel. 0351 3207162 · www.anukan.de

Privatpraxis für ganzhftl. Schmerztherapie · Dipl.-Med. **Hjalmar Baldauf** · FA Orthopädie & Dipl. Homöopath, Schmerzther., Chirother., Osteopathie, Kinesiologie, Bachblüten, Akupunktur, Bioresonanz, Orthomol. Med. · Schandauer Str. 43, 01277 Dresden · Tel. 0351 31909536 · www.natuerliches-heilen-baldauf.de

Mehner & Busshardt · Akademie für Ganzheitliche Medizin GmbH · Heilpraktikerausbildung, Naturheilkunde, Homöopathie, Kinesiologie Glashütter Str. 101, 01277 Dresden · Tel. 0351 6413010 · akademie@mehner-busshardt.de · www.mehner-busshardt.de

Neuer Netzwerkpartner

Frank-Ole Haake (Ole Bildermensch) – „Der Mann in allen Farben“ – Märchen-erzähler, Grafik- und Bildkunst, Jungen- und Männerberatung (auch für Frauen) · Atelier in der Schokofabrik, Hopfgartenstrasse 1a, 01307 Dresden · Tel. 0176 64144532 · „Oles Märchenkoffer“ auf Youtube · www.ole-bildermensch.de

Heilpraxis Kiss · **Anja Kiss** · Heilpraktikerin Homöopathie, Systemische Aufstellungen, Energetische Medizin, Chakrenbehandlungen, Lichtgitter-Mandalas, Seminare und Workshops · Plattleite 51, 01324 Dresden · Tel. 0351 32152938 · www.heilpraxis-kiss.de

Hatha Yogalehrerin & Kinder Yogalehrerin (BYV) Bhakti Yogalehrerin **Madhavi Veronika Broszinski** · Ayurveda, Massagen & Yoga, Autorin, Medium, Spirituelle Lehrerin, Vorträge, Retreats Mozartallee 141 c, 01558 Großenhain · Tel. 0160 2261077 · www.herz-balance.com

Praxis Resonanzbewusstheit · Heilpraktikerin für Psychotherapie & Psychologische Beraterin **Kirsten von der Heiden** · Willy-Gäbler-Weg 3, 01705 Freital · Tel. 0351 21088132 oder 0151 55519714 · info@resonanzbewusstheit.info · www.resonanzbewusstheit.info

Facial Harmony · **Steffi Böhme** · Meridianbehandlung im Gesicht · Am Sportplatz 4, 01705 Freital · Behandlungsorte: Dresden-Leubnitz, Freital-OT Pesterwitz und Zinnwald Tel. 0351 31909033, Mobil 01522 6238481 steffi.boe@gmx.de · www.steffiboehme.de

PLZ 04

Paracelsus Heilpraktikerschule Leipzig · Studienleiterin Annette Barz · Rohrteichstr. 16 - 20, 04347 Leipzig · Tel. 0341 9111216 · leipzig@paracelsus.de · www.paracelsus.de/leipzig

Mehner & Busshardt · Akademie für Ganzheitliche Medizin GmbH · Heilpraktikerausbildung, Naturheilkunde, Homöopathie, Kinesiologie · Tel. 0351 6413010 · akademie@mehner-busshardt.de · www.mehner-busshardt.de

Der Glückmacher – **Thomas Becher** · Psychotherapie, Naturheilkunde und Massagen – Gesundheit ganzheitlich verstanden – auch bei Depression & chronischen Leiden. Schwerpunktpraxis Sexualberatung & -therapie · Hahnenmannstr. 7, 04177 Leipzig · Tel. 0341 68419300 www.heilpraktiker-becher-leipzig.de

Herzheilungs-Coach & HP **Mareike van Saase** Inneren Frieden & Selbstliebe & Erfüllung findest Du in DIR – in Deinem geheilten Herzen. Bei Deiner Herzheilung & Herzöffnung begleite ich Dich einfühlsam und intuitiv, incl. Quantenheilung · Leipzig · Tel. 0176 29513104 · www.mareike-van-saase.com

Coaching & Beratungspraxis HP psych. **Marietta Lisk-Cygan** · Chancen für Paare / Beziehungen, Persönlichkeitsentwicklung, Einzellösungen, Kurse für Unternehmen u. Organisationen · www.ilp-coach-leipzig.de · Leadership Management Kursleiterin · Tel. 0176 20277016 · www.lmidach.com

Dr. Grit Ludwig · Systemaufstellungen, Stressor-basierte Traumatherapie, online oder in Präsenz · Heilpraktikerin für Psychotherapie · Brandvorwerkstr. 52-54, 04275 Leipzig · Tel. 0176 63788112 · www.dr-grit-ludwig.de

Praxis Quelle des Lebens · **Anne-Karen Fischer** Heilerin/Dipl.-Psych. · Ausbildung, Einweihung in Quellenenergie, Heilbehandlungen direkt und per Ferne, Aufstellungen der Neuen Zeit u.v.m. Arndtstr. 27, 04275 Leipzig · Kontakt & weitere Angebote: Tel. 0341 5861540 · www.quelle-des-lebens.net

Neuseenland Ayurveda · Fachpraxis Ernährung & Psychosomatik **Anja Burkhardt** · Heilpraktikerin für Psychotherapie (HeilprG), Ayurveda-Therapie (auch online), Klangmassage, Autogenes Training Südstraße 21, 04416 Markkleeberg · Tel. 0151 41967184 · info@neuseenland-ayurveda.de, www.neuseenland-ayurveda.de

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

Heilklang-Leipzig · erfahre Berührung durch Klänge, Worte & Energie · Ganzheitliche Heilung und Harmonisierung ist möglich! Klang-Massagen, Klang-Therapie · energetische Heilbehandlungen · Prozessbegleitung & Coaching · Auf der Höhe 45, 04435 Schkeuditz · Tel. 0176 23998815 www.heilklang-leipzig.de

Neuer Netzwerkpartner

SeelenLicht-Akademie · Forschungs- und Bildungsverein ZVR 1208655895 · Leben neu gestalten – ganzheitl. Heilarbeit, alternative Medizin und vollkommene Lebens-Kunst · Workshops · Seminare · Ausbildung, Begleitung · Projektbüro: Auf der Höhe 45, 04435 Schkeuditz · Tel. 0176 23998815 www.seelenlicht-akademie.at

Begegnungszentrum „liebes-er-leben“ · **Dietmar Allig** · Crostigall 36, 04808 Wurzen · Tel. 0152 3207716

Anvaya – Energie fürs Leben · Ganzheitliche Praxis · **Dr. med. Anja Oelke** · Kleine Ulrichstraße 20, 06108 Halle · Tel. 0151 21185418 · info@anvayaprxis.de · www.anvayaprxis.de

Da ist doch noch so viel mehr

Neue Wege für Deine Kraft

von Katharina Muuß-Adamek

Eigentlich ist doch alles in Ordnung. Die Tage vergehen ohne größere Aufregung, Beziehung, Kinder, Arbeit laufen – überwiegend – reibungslos. Normal eben. Eigentlich perfekt... Und vielleicht fängst Du irgendwann an und gestaltest Dein Leben schöner: die Wände streichen, neue Möbel, Garten umgraben, gar Urlaub. Und für kurze Zeit scheint alles prima. Normal eben. Eigentlich perfekt...

Und wenn der Satz: „So ist es nun mal im Leben...“ immer öfter in Deinen Gesprächen vorkommt und Du merkst, dass Du Dich selbst davon überzeugen möchtest und Du Dich immer öfter bei dem Gefühl ertappst: „Da ist doch noch so viel mehr!“ Dann... Dann ist die Zeit gekommen, Dich auf die Suche nach Deinem wahren Selbst zu machen. Dem Wesen, das alles in sich trägt, was es braucht. Dem erwachten Wesen, das alle seine Aspekte annehmen, lieben und leben kann...

Auf diesen Pfad habe ich mich vor 13 Jahren begeben, habe Höhen und viele Tiefen dieses Weges erleben dürfen, bis ich den Schlüssel für mich gefunden habe. Mit meinem Wirken, ob medial, energetisch, über Aufstellungen oder mit Yoga und Ayurveda, zeige ich meinen Klienten, wie sie ihr Leben transformieren und die Opferrolle – die auch ich den größten Teil meines Lebens gelebt habe – endgültig abstreifen können.



Als Medium, Yoga- und Ayurvedalehrerin habe ich in den letzten Jahren viel mit Menschen zusammen gearbeitet, die von Zweifeln über eigene Kraft geplagt wurden. Oft ließen sie sich das Leben von äußeren Einflüssen diktieren, kreuzunglücklich und im Unwissen über die eigene Schöpferkraft. Gerade jetzt, wo die Welt im Außen komplett aus den Fugen zu geraten droht, und wir mitten im großen Wandel stehen, ist es wichtig, in die eigene Mitte zu kommen, zu vergeben – um neue Wege unbeschwert und kraftvoll zu beschreiten.

Der Weg in Deine Kraft führt über die Abgründe Deiner tiefsten Ängste und erfordert Deine volle Hingabe.

Der Weg in Deine Kraft führt über die Abgründe Deiner tiefsten Ängste und erfordert Deine volle Hingabe.

SoulBodyWorkout · Katharina Muuß-Adamek Medium, Yoga- und Ayurveda Lehrerin, Spiritueller Coach 23626 Ratekau oder 08393 Meerane · Tel. 0163 3610482

Folge Deinem Herzensbusiness

Tipps von Frau zu Frau. Lässt Du Dich noch anstellen? Oder stehst Du schon selbst? Die meisten Menschen assoziieren den Begriff „selbstständig“ mit selbst und ständig. Dabei hat er auch eine ganz andere Seite.



Selbständig sein bedeutet u.a.:

- Ich sage JA zu mir!
- Ich stehe zu mir selbst!
- Ich bestimme das Wann, Wo, Wie und mit Wem.
- Wie gelingt mir das?
- Ich schaffe Klarheit & Struktur.
- Ich bin im Vertrauen.

Du möchtest den Weg zum selber Stehen nicht alleine gehen? Ich begleite Dich gern.

Mandy Lux · Strategieberaterin & Mentorin · Tel. 0157 77386692 www.lux-strategie.de & www.lux-markending.de



Altes Wissen

Bewährtes und Neues im Kräuter-Gut

von Elisabeth Püschmann

Als Kräuterfrau möchte ich mit Ihnen:

- Freude leben, wenn wir Wildkräuter Erkennen,
- die einmalige Schönheit sehen,
- den würzigen Duft riechen,
- den kräftigen Geschmack spüren,
- Wilde Kräuter BeGreifen,
- Lust wecken, wenn Sie Wilde Kräuter selbst ErLeben.



Im KRÄUTER-GUT lernen Sie Wissenswertes über die Wunderwerke der Natur. Mit den Schätzen entsteht Wertvolles, was uns nährt, heilt & Freude schenkt. Es bieten sich viele Möglichkeiten der Herstellung von Mischungen & Anwendungen. Sie erlangen Naturnähe, Wissen & Interesse am SelbstTun.

- Sa · 2.3.22 · 10–15 Uhr · **Urprinzipien des Lebens & ihre Pflanzen** – der Mensch und seine Pflanzen
- 4.–8.7.22 **Sommerakademie Wild-Kräuter-Kultur** · tagsüber: Leben mit Wild- & Heilpflanzen · abends: Kultur in Augustusburg genießen
- 3./4.9. je 9:30–17:00 Uhr · Wochenendseminar **9-Kräuter-Jahre bis zur Kräuterfrau „Die Brennnessel“** (Heilpflanze 2022)
- NEU: Sa · 29.10.22 · 9:30–17 Uhr **Teil I „Heilende Bäume – Der Wald nährt uns“**: Harz, Rinde, Zapfen, Früchte & Nadeln für Heilung & Nahrung
- Sa · 11.2.23 · 09:30–17 Uhr · **Teil II „Heilende Bäume – Ihre Kraft & Mystisches“**: Knospen, Früchte, Rinde, Baumpilze für Heilung & Nahrung
- 26.2.–4.3.23 ab 10 Uhr · Besonderes Seminar **Frühlingserwachen für den eigenen Körper** – Fasten mit Begleitung

Sind Sie das ganze Jahr dabei – nehmen Sie altes Wissen neu in Ihr Leben und stärken damit sich sowie Ihre Familie. Ich lade Sie ein, die Vielfalt zu entdecken und ihre Fülle zu nutzen.

Elisabeth Püschmann – die Kräuterfrau; 09573 Dittmannsdorf
Tel. 0162 4949195 · www.Kraeuter-Gut.de · t.me/KraeuterGut

Ayurveda, Lerntherapie, Yoga und mehr

Deinem Leben Gleichgewicht geben

von Heike Seewald-Blunert

Im Raum für Lernen und Entspannen lade ich Dich ein, bei Massagen, Beratungen und Workshops Deinen Ausgleich zu finden. Zum einem können Deine Kinder in meiner Praxis für Lerntherapie Mut für's 2. Schulhalbjahr fassen, um dem Stress der aktuellen Rahmenbedingungen gewachsen zu sein. Zum anderen kannst auch Du die Möglichkeiten nutzen, Dich z. B. bei Yoga, während Auszeitwochenenden, Fortbildungen und weiteren bunten Kursangeboten zu entspannen und bei Dir anzukommen.



Auf der neu eröffneten **Ayurvedaisel** lernst Du während meiner Beratung die fünf Säulen für Deine Gesundheit und die Bedeutung der Bioenergien für Deinen Stoffwechsel kennen. Mit der Bestimmung Deines Konstitutions- bzw. Energietyps startest Du bereits nach drei Terminen in eine bewusstere und nach-

haltige Lebensweise entsprechend Deines Doshas (Typs). Die Ayurveda Philosophie unterstützt Dich dabei, Balance in Dein Leben zu holen und sie natürlich zu erhalten. Ich biete Dir weiterhin Raum zur **Selbsterfahrung**, u. a. mit feinen, ätherischen Ölen, traditionellen Ayurvedamassagen und mittels Heilkraft von wohliger Wärme in der Infrarotkabine.

Lerne das kontrastreiche Angebot und mich kennen. Schau Dir dazu die Videos auf meiner Homepage an und komme zu einem Besuch, Vortrag oder einem individuellen Beratungstermin vorbei. Ich freue mich sehr darauf, Deinem Leben Gleichgewicht zu geben. Herzlichst, Deine Heike.

Heike Seewald-Blunert · Trainerin, Therapeutin, Tuchyogalehrerin
Kontrast Reich · Raum für Lernen und Entspannen
Hauptstr. 11, 09235 Burkhardtsdorf
Tel. 0177 8587507
www.kontrast-reich-training.de



Raum mit Herz

Genieße Yoga & Wellness in Aue

von Anja Häbler-Müller



Wir sind Luisa-Marie & Anja und führen seit einigen Jahren in Aue ein Yogastudio und eine Wellness- & Entspannungslounge mit Leidenschaft. In unseren gemeinsamen Räumen herrscht Herzlichkeit, Vertrautheit und Ruhe. Hier kannst Du Dich bei Yoga, Wellness und Entspannung wohl und aufgehoben fühlen. Das

ist unser Raum mit Herz für Dich.

Ich, **Luisa-Marie**, bin seit 2016 zertifizierte Yogalehrerin sowie -therapeutin. Ich gebe Kurse im Hatha Yoga, Personal Yoga, Therapeutischem Yoga, Vinyasa Flow, Prä- und Postnatal-Yoga, Yoga für Kids u.s.w. Hinzu kommen die liebevolle indische Babymassage und jede Menge ausgewählte Workshops rund um die Themen Yoga und gesundes Leben. Durch meine berufliche Ausbildung als Ergotherapeutin leite ich Gruppen mit Menschen, die psychische Unterstützung und Lebensstärke brauchen.

Ich, **Anja**, bin seit 2015 Wellness- und Massagetherapeutin mit Herz & Seele und verwöhne meine Kunden im warmen, wohligen und gemütlichen Ambiente in meiner Lounge „Zeit für Dich“. Genieße bei mir ganzheitliche Entspannung für eine Auszeit. Zusätzlich kannst Du bei Reiki, Meditations- und Achtsamkeitslehren, Entspannungstechniken wie PMR und autogenem Training, ganzh. Lebensberatung, Qigong, Fastenkursen für Körper, Geist und Seele, Klangschalen- und Aromaarbeit u. v. m. entspannen.

Ort: Auerhammerstr. 9, 08280 Aue

Namaste Yogastudio · Luisa-Marie Müller
Tel. 0176 43886146 · www.namaste-yoga.jimdosite.com
Wellness- & Entspannungslounge „Zeit für Dich“ · Anja Häbler-Müller
Tel. 0170 8793704 · www.zeit-fuer-dich-wellnesslounge.jimdosite.com

Workshop

Yoga – Übung, Wirkung, Faszination

von Andrea Kyak

Im Workshop „Yoga – Übung, Wirkung, Faszination“ wollen wir vom Freitagabend bis zum Sonntagmittag so viel wie möglich den verschiedenen Aspekten nachspüren – sie für uns erspüren, intensiv arbeiten als Grundlage Deiner ganz persönlichen Yoga-Praxis für zu Hause – Yoga beim Zähne putzen, Duschen, bei der Küchenarbeit – immer in der eigenen Wahrnehmung bleibend, die vielleicht momentan noch vorhandenen Grenzen einfach liebevoll akzeptierend.



Wir gehen jeden Tag in die Natur. Bitte an wettergerechte Kleidung und Schuhe ebenso an eine Yoga- oder Gymnastikmatte, kleine Decke oder Kissen, bequeme Kleidung sowie evtl. Schreibzeug denken.

Termin: 22. April ab 18:00 Uhr – 24. April 2022 bis 13:00 Uhr
Seminarort: Kunsthof Maxen (bei Dresden)
Seminarkosten: 200,- €
Anmeldung: unter anschotten@freenet.de oder direkt im Kunsthof www.kunsthof-maxen.de



Andrea Kyak, Lebensenergieberaterin, Yogalehrerin
Anmeldungen unter info@kunsthof-maxen.de oder anschotten@freenet.de bzw. telefonisch 0172 8779885
www.anschotten.de



PLZ 07

Koordinatorin Ost-Thüringen · **Ulrike Rußner**
Goldene Höhe 11, 07973 Greiz · Tel. 03661 673524
ostthueringen@miteinandersein.net

PLZ 08

Zentrum für ganzheitliche Lebensweise · **Christiane Peyerl** · Ganzheitliche Massagerituale (Ayurveda, Aroma-Energie), Reiki-Behandlungen und -Seminare/Ausbildungen, spirituelle Lebensberatung · Gutwasserstraße 19, 08056 Zwickau
Tel. 0375 2736781 · www.zentrumfgld.de

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

Raum und Zeit by AF · **Anja Flechsig** · Reiki, Klangschalenmassagen, verschiedene Arten von Meditationen, Trommelabende, Lese und Vorleseabende sowie kreative Kurse wie „Mal Dir Dein Bild“ · Lengenfelder Straße 125, 08064 Zwickau
Tel. 0157 31571688 · www.raum-zeit-zwickau.de

Naturheilpraxis Breitfeld · Heilpraktiker **Jens Breitfeld** · Pflanzenheilkunde, Pilzheilkunde, Orthomolekulare Medizin · Heinrich-Heine-Str. 6, 08112 Wilkau-Haßlau · Tel. 0375 21439436
www.naturheilpraxis-breitfeld.de

Yoga.Raum · **Anke Löser** · Yogakurse, Workshops, Meditation, Ayurveda, Wellness, Vorträge und Kochabende · Eisenbahnstr. 22, 08209 Auerbach · Tel. 0176 23617119 · www.yoga-kurs.com

Mandy Goller · Dozentin für Praxisorientierte Neue Homöopathie (Ausbildung & Beratung), Rutenkurse jederzeit möglich · Dorfstädter Str. 3, 08223 Falkenstein · 03745 751395 & 0162 9435657 · E-Mail: mandy.goller@web.de

Katrin Eilenberger · Heilkundliche Praxis für Psychotherapie (Heilp.G.) mit Betreuungssistenz (§§43b/53cSGBXI) · Tel. 0173 5942015
Praxisort: Rodewisch · www.eilenberger-psychotherapie.de

Gläserner Bauernhof Vogtland e.V. · Hof-führung, Erlebnisbauernhof, Oldtimer-Traktorfahrten, Kräuterseminare, Kindergeburtstage, Schulklassenprojekte, Feriencamp und vieles mehr erwartet Euch bei uns. Breitenfelder Str. 40, 08258 Markneukirchen · Tel. 037422 74859
www.glaeserner-bauernhof.de

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

Kreutherkraft Manufaktur · **Ulrike Loretta Hanl**
Tinkturen, Kräuter- & Blütenessenzen, Liköre & Kräuterweine, Anfertigung auf Kundenwunsch und Lohnabfüllung, Kräuterberatung für körperliche und seelische Gesundheit · Tel. 01590 1974869 · www.kreutherkraftmanufaktur.com
t.me/kreutherkraft

Neue Netzwerkpartner

Wellness & Entspannungslounge „Zeit für Dich“ · **Anja Häbler-Müller** · ganzheitl. Wellnessbehandl. für Körper Geist & Seele, Reiki, Meditations- & Achtsamkeitslehre, Entspannungstechn. AT, PMR, Qigong, Klangschalenpraktiker · Auerhammerstr. 9, 08280 Aue · 0170 8793704 · zeit-fuer-dich-wellnesslounge.jimdos.com

Namaste Yogastudio · **Luisa-Marie Müller** Zert. dipl. Yogalehrerin im Hatha Yoga, Yogatherapie, Prä- und Postnatal Yoga, Yoga mit Baby, Lachyoga, therapeutisches Yoga, Workshops, indische Babymassage · Auerhammerstr. 9, 08280 Aue · 0176 43886146 · namaste-yoga.jimdosite.com

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

Marktschwärmer Schneeberg · Der regionale Wochenmarkt – online bestellen, um die Ecke abholen, nach dem Motto „Gib Deinem Bauern die Hand“ · PLUS-Gemeindezentrum (Eingang Bäckerei Franke), Scheunenstraße 2-4, 08289 Schneeberg · www.marktschwaermer.de · www.facebook.com/marktschwaermer.schneeberg

Biodanza – Tanz des Lebens mit **Christine Lukaszek** · dienstags aller 14 Tage in der geraden KW um 19:15 Uhr Physiotherapie „Pro Vitas“, Chemnitz sowie in der Goethehalle Treuen (Vogtl.) · Tel. 0177 7219150 · www.biodanza-chemnitz.de

Hotel – Restaurant – Panoramasaua Campingplatz Forstmeister · Ausbildung zum Kräuterpädagogen BNE, Wildkräuterwanderungen, Kochkurse mit Wildkräutern, Kurse – Herstellung von Naturkosmetik · 08304 Schönheide, Auerbacher Str. 15 · Tel. 037755 630 · www.forstmeister.de

Kunsthof Eibenstock · Kerstin & Wolf-Dietrich Schreier · Seminarhaus, Gesundheitszentrum mit Sauna und Wellness, Yoga und Pranaheilung, Traum-Apartments und Ferienhaus, Raumvermietung für Kurse und Veranstaltungen Ludwig-Jahn-Str. 12, Eibenstock · Tel. 037752 558240 · www.kunsthof-eibenstock.de

BioMARKT Schwarzenberg & Bistro · Christian Drechsel · Bio-Vollsortiment, Serviceleistung: Käse- u. andere Platten, Antipasti, Produktvorstellungen, Verkostungen, Veranstaltungen und Vorträge · Str. d. Einheit 115, 08340 Schwarzenberg · Tel. 03774 1744710 · www.bio-markt-schwarzenberg.de

Sylvie Lutz · ärztlich geprüfte Gesundheitsberaterin GGB · Vorträge u. Praxiskurse zu Vitalstoffreicher Vollwertkost & Naturkosmetik, Thermomixservice, -ausbildung u. Kochtreffs, Dunkelfeld-Mikroskopie · Alte Annaberger Str. 22a, 08340 Schwarzenberg · Tel. 03774 505668
www.biohummel.de

Zentrum für Yoga und Prana Schwarzenberg **Grit Wehrauch** · HP für Psychoth. · Pranaheilung nach Master Choa Kok Sui, Sri Sai Prana Yoga Kurse, Workshops, Anwendungen, Infovor-träge, Seminare · Karlsbader Str. 85 (Herrenhof), 08340 Schwarzenberg/OT Erla · 0173 3822353
www.pranahheilung-erzgebirge.de

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

AMRYTA – Zentrum für ganzheitliche Entwicklung · **Jana Münzner** · Verbundene Atem, Reinkarnationsanalyse, Kundalini-Yoga, astrologische und psychologische Beratung, Frauen-gruppen · Karlsbader Straße 2A, Schwarzenberg
Tel. 0162 7486264 · www.amryta.de

Ludmilla Hähner · SecurityPoint24 · Vermögenssicherung, Edelmetalle und Kryptowäh-rungen · Industriestrasse 4, Schwarzenberg
E-Mail: haehner@securitypoint24.com · Tel. 037745094398, 0160 97075437

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

Netzwerkleitung / Redaktion MITEINANDERSEIN **Ann König & Uwe Reiher** · Breitenbrunn
info@miteinandersein.net · Tel. 0176 56892679
od. 037756 879730 · www.miteinandersein.net

Zentrum für selbstbestimmte Menschen
Begegnungs-, Beratungs- und Seminarzentrum Glauchauer Straße 8A, 08393 Dennheritz, Bianca Hofmann · Tel. 0176 83307929 · www.selbstbestimmt-assistenznetzwerk.de

Persönliche Heilungsbiotope

Pflanzenmandalas und heiliges Gold

von Frank-Ole Haake

Morgens lag Schnee in Dresden, einen halben Meter hoch – nichts ging mehr und ich wollte mich auf den Nikolausmarkt im Kunsthof vorbereiten. Ich hatte das erste Mal eines meiner **Pflanzenmandalas** auf Leinwand drucken lassen (90 x 90 cm). Mir lief die Zeit davon und der Stress hinterher. Drei Stunden später als geplant, kam ich in mein Atelier und hing das Mandala an die Wand, setzte mich und betrachtete es neugierig... und Minuten später war aller Stress weg. „Krasses Pferd“, dachte ich, „das muss die Welt erfahren!“ Ich rief diverse Institutionen an und wurde in der Frauenklinik Dresden fündig. Sie kauften eins meiner Bilder und viele weitere wurden während meiner malerischen Gestaltung ebenso aufgehängt.



Dann, wieder so ein Gottesgeschenk: Ich durfte eine Wand im Ayurveda-Hotel „Bei.Gretel“ in Weißig/Struppen bemalen. Ich erfuhr von anderen, dass ein energetischer Punkt unter dem Hotel blockiert ist. Meine Intuition riet mir, auf das Bild einen goldenen Kreis zu setzen. Die Blockade wurde geomantisch gelöst, doch die Faszination, mit **Gold** zu arbeiten, blieb. Hinzu kommt mein **Malstil**: Alles ist verbunden mit einer Linie. So gestalte ich mit Begeisterung Goldspiegel als persönliche Heilungsbiotope, denn reines Gold hat die höchste Heilungsschwingung.

So entstanden spielerisch aus Fotografien von Pflanzen die Mandalas und nun ganz neu, kleine Wandbilder, gestaltet mit dem heiligen Gold.

Mandalas unter: www.ole-bildermensch.de/mandalas_2015.htm
Die Goldspiegel findet Ihr auf meiner Webseite: ole-bildermensch.de

Rezension: Neues Kartenset

Online-Sessions wirkungsvoll führen

von Kirsten von der Heiden

Neues Kartenset mit gebaltem Erfahrungswissen und unzähligen Tipps, um Online-Sessions bereichernd und erlebbar zu machen.



Das kreative Team um Dr. Claudia Härtl-Kasulke – einer seit 30 Jahren aktiven Visionärin zu Gesellschaftskultur und Kommunikation – hat 2021 ein neues Kartenset für Trainer und Beratende auf den Fachmarkt gebracht. Die Entdeckungen des Teams sind in leicht verständlicher Fachsprache übersichtlich strukturiert auf 60 Karten illustriert. Neue Glaubenssätze für die Online-Arbeitswelt werden uns gefühlvoll, anregend und bestärkend für den eigenen Erfahrungsweg zusammengestellt.

Die Karten machen Mut auf gesunde Online-Situationen. „Wie Sie es selbst machen“ können, ist genau beschrieben. Es übersetzt Stärken der Präsenzbegegnung im Arbeits-, Lern-, Team- & Coachingzusammenhang. Um selbst die Übungen der Themenfelder ausprobieren zu können, benötigen Sie einen oder mehrere virtuelle Gruppenräume und eine zweite Kamera. So können Sie neue, achtsame, partnerschaftliche Onlineerfahrungen üben. Wir werden angeregt zu Körperempfinden und Bewegungen in der Gruppe am heimischen PC, zu Kreativität und Öffnung für Neues, wie auch Empathie und spürbare Begegnung in Onlineteams zu kultivieren.

Sie können gern das Kartenset bei mir einsehen und ausleihen sowie mit mir über Ihre Erfahrungen in den Austausch kommen.

**Praxis Resonanzbewusstheit · Heilpraktikerin für Psychotherapie & Psychologische Beraterin Kirsten von der Heiden · Willy-Gäbler-Weg 3, 01705 Freital
Tel. 0351 21088132, 0151 55519714 · www.resonanzbewusstheit.info**



Aus- und Weiterbildung

Das Zentrum für selbstbestimmte Menschen in Dennheritz öffnet ab März 2023

von Bianca Hofmann

Herzlich Willkommen im Kalenderjahr 2022 und dem neuen, natürlichen Jahreskreis, der seit dem Schwarzhorn am 02.01.2022 das Lebensrad wieder weiterdreht.

Ab März 2022 finden in meinem Zentrum u. a. Weiterbildungen und Ausbildungen in Kooperation mit Norbert Paul statt. Ganz besonders möchte ich auf die ebenfalls ab März 2022 angebotenen Ausbildungen und Seminare aufmerksam machen.

Grundausbildung in Zeitgemäßer Naturspiritualität und Neuem Abendländischen Schamanismus

Euch wird konkretes, belastbares und überprüfbares Wissen zu den tatsächlichen und natürlichen Prozessen in der Natur und Schöpfung sowie ihrer klaren Struktur und Ordnung vermittelt. Über all die Jahre hinweg hat sich gezeigt, dass es eine Kausalkette gibt, die zwingend einzuhalten ist, um eine Chance zu haben, wirklich ins Verstehen zu kommen. Sie setzt sich zusammen aus dem Aufbau von Wissen, Kenntnissen und Fähigkeiten; dem Anwenden, Umsetzen und Weitergeben dessen; den damit einhergehenden Erfahrungen und persönlichen Erkenntnissen sowie dem einsetzenden Verstehen und Erlangen von Einsichten, aus denen heraus nachhaltig entschieden und gehandelt werden kann.

Alles, ja wirklich alles, was Du neu beginnen oder wesentlich verändern willst und Bestand haben soll, sollte sich an dieser Abfolge orientieren. Somit wird auch vermieden, sich im Kreis zu drehen und keine Lösung für vielleicht ständig wiederkehrende Lebensfragen zu finden. Die Grundausbildung beginnt mit dem Modul ZNS-Wissen, gefolgt von ZNS-Erleben und findet seinen Abschluss in ZNS-Verstehen.

Inhalte der Ausbildung:

Modul 1 Start am 26.-27.3.2022

Anreise bereits am 25.3. mit gemeinsamem Zusammensein am Feuer

Die Termine für die weiteren Module werden beim 1. Modul bekannt gegeben. Geplant sind einzelne Wochenenden pro Modul bis Ende 2023. Geplante Themen:

Modul 2 Bewusst Ganz Mensch Sein

Modul 3 Jahreskreis und Lebensrad

Modul 4 Ritualarbeit

Modul 5 Unsere Wurzeln, die Ahnen und deren Archetypen

Modul 6 Wiederholungs- und Vertiefungswochenende

Modul 7 Wahrnehmen unserer Tier- und Pflanzengeschwister

Modul 8 Natural Power – Körperarbeit in der Zeitgemäßen Naturspiritualität

Modul 9 Meditation und Trancearbeit

Modul 10 Energiearbeit

Modul 11 Zusammenfassung und Abschluss

Nur das Echte zählt, lebe es wild und frei, in Liebe und Achtsamkeit und lerne, es zu behaupten!

Ausbildung: Informationsschwingung der Neuen Zeit

Rutenworkshop

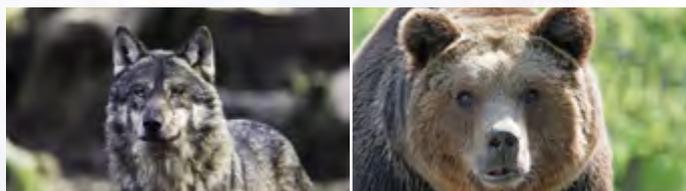
von Mandy Goller



Grundlage der ganzheitlichen Informationsmedizin bildet die Informationsübertragung, durch welche der Körper seine Selbstheilungskräfte aktivieren kann. Dabei steht die Ursachenforschung immer an erster Stelle. Ist diese gefunden, wird deren Schwingung mit Informationen bespielt, die der Selbstheilung dienen. Ich biete Einzelsitzungen an. Diese sind auch telefonisch

aus der Ferne möglich. Das Erlernen des Umgangs mit der Einhandrute ist via Skype möglich. Starttermin für die nächste Präsenz-Ausbildung ist der 12. März 2022. Melden Sie sich telefonisch oder per E-Mail bei mir.

Praxis- & Schulungszentrum · Praxisorientierte Neue Homöopathie · Mandy Goller
Dorfstädter Str. 3, 08223 Falkenstein · Tel. 0162-9435657 · mandy.goller@web.de



Weiterbildungswochenenden in naturspirituellen und schamanischen Aufstellungstechniken

Für Menschen mit Erfahrung im Bereich der systemischen Aufstellungsarbeit

Wir arbeiten mit:

- Wolf-Bär Kreis
- Yggdrasil-Aufstellung
- Die 8 Ringe und der kleine Heilkreis

Die Weiterbildung findet einmal im Frühsommer und einmal im Herbst zur Vertiefung für Teilnehmer, die bereits am Wochenende 1 teilgenommen haben, an folgenden Wochenenden statt:

4.-5.6.2022 und 15.-16.10.2022

Bei den angebotenen Aus- und Weiterbildungen gilt immer folgendes: Glauben musst Du gar nichts, denn hier wird belastbares und überprüfbares Wissen vermittelt. Fragen sind jederzeit erwünscht und keine davon bleibt unbeantwortet und Du entscheidest selbst, wie weit und wie tief Du gehen magst. In diesem Sinne wünsche ich Dir einen offenen Geist, ein nicht versiegendes Interesse an echtem Wissen und jede Menge Tatkraft, um in die Entwicklung und Veränderung zu gehen.

Seminarkosten:

Aufstellungstechniken: 395,00 €

Zeitgemäße Naturspiritualität je Modul: 300,00 €

Partnerbonus bei paarweiser Anmeldung: 20% für den weiteren Interessenten. Mittagessen und Abendessen nicht inkl. Zu jedem Seminar gibt es kostenfrei Wasser, Kaffee, Tee, einen kleinen Imbiss und Obst. Übernachtung mit Frühstück ist in der angrenzenden Ferienwohnung oder in unserem urigen Bauwagen möglich und kann dazugebucht werden. Preis auf Anfrage.

Wir freuen uns auf Eure Anmeldungen. Für nähere Informationen zu Preisen oder Details und dem Ablauf der Ausbildung melde Dich bei mir.

MiteinanderSein Netzwerktreffen

Oder lerne mich und mein Zentrum persönlich am 5. April 2022 ab 19 Uhr beim nächsten offenen Netzwerktreffen kennen, zu dem wir Dich ganz herzlich einladen.

Bianca Hofmann · Zentrum für Selbstbestimmte Menschen

Glauhauer Str. 8A, 08393 Dennheritz

Tel. 0176-83307929 · E-Mail info@selbstbestimmt-assistenznetzwerk.de

In den Alpen vom 3.-15.7.2022

Qi Gong Aus- & Weiterbildung

Du möchtest in atemberaubender Naturkulisse in die Kunst des Qigong eintauchen? Du möchtest Dich persönlich/beruflich weiterentwickeln bzw. neu orientieren?



Bei uns sind alle Menschen willkommen, die sich auf einen ganzheitlichen Herzens-Qigong Weg begeben möchten.

Weitere Infos und Anmeldung:

www.daowege.de · Frühbucher-Rabatt bis zum 20.3.2022



PLZ 08

Zellharmonie Vital- & Gesundheitsstudio · **Manuela Wende** · Energiearbeit – auch mobil – mit Massagen, Hot Stones, AromErgy®, Klang, Entspannung, Saunarium, Brotbackkurse, Energy Dance® Kurse im Chemnitz und Zwickauer Land · An den Scheunen 4, 08396 Waldenburg Tel 037608 27742 · www.zellharmonie.de

Ruth Röller · Klangschalen & Anwendungen Klangmassagen, Klangerlebnisse auch für Kinder, Begleitung von Menschen im Wachkoma & mit Behinderungen, Beratung & Verkauf von Klangschalen, Ausbildung Klangmassage · Waldenburg · www.klangschalen-energie.de

Ganzheitliche Kontaktvermittlung · Vermittlung von Partnern, Business und Freizeit Ringana Network Marketing · **Madlen Ostertag** · Kirchberg 13, 08428 Langenbernsdorf · Tel. 0174 1902705 www.madlen-ostertag.ringana.com

Gesundheitspraxis **Sonja Röpke** · Fastenleiterin, Gesundheitspraktikerin, Lebensberaterin, Fachberaterin: Hobby, Basteln, Werken, Wildkräuterwandern · 08428 Langenbernsdorf OT Trünzig Tel. 0366 08654229 · www.gesundheitsreisen-sonni.com

Restaurant **Vitaler Hirsch des Landhotels Sperlingsberg** · Inh. Mandy Hirsch · REGIO*-VEGI*WILD-Küche, hauseig. Zucht, Naturkostbuffets & Zubereitungskurse, Naturschlafsysteme von MatratzenHirsch.de · Sperlingsberg 2, 08451 Crimmitschau/Gablenz · Tel. 03762 945670 · www.sperlingsberg.de

Biohof Franke · Leipziger Str. 215, 08451 Crimmitschau · Tel. 03762 705192 · biohoffranke@t-online.de · www.biohoffranke.de

Your Way of Life: Gesundheit und Business für Vielbegabte und Kreative · Mentoring, Workshops, Vorträge – Holi Plant Medicine – Emotional Wisdom – Human Design – Gene Keys – Frauenkreise · **Bianca Rantsch** · Neukirchen/Pleiße · www.Bianquita.de · 0176 21472148

Antje Zimmer · Das wärmende Herz – der Laden für Körper, Geist u. Seele, Gesundheits- u. Körperpflegeprodukte, Salz, Wasser, Steine, Räucherwerk, Meditationsartikel, Bücher · Zeit u. Raum für pers. Gespräche · Windmühlenstr. 6, 08523 Plauen · Tel. 0151 24012220 · www.das-waermende-herz.de

Neue Netzwerkpartnerin

Daniela Simart · ganzheitliche Kurse & Energie Heilsitzungen · Kinderyoga, Bot-schaferin inkl. Weiterbildung für Kinderyoga, Meditationskurse, Frauenkreis, Free Dance, Lebensaktivierung, Workshops: Heilige Geometrie & Astral Reisen · 08523 Plauen Tel. 0176 68051576 · daniela.simart@gmail.com

Wellness-Mobil & Wellnessraum in Oelsnitz **Mario Geißelsöder** · Ganzhthl. Wellness · Coaching, Reiki / Energiearbeit, Honig-, Kokos-, Hot Stones-Massagen auch mit Jadestein, Tantrische Energie- & Körperarbeit, Nahrungsergänzung, Wasseraufbereitung, LR Produkte · 037421 39403 · www.h-a-r-m-o-n-i-e.de

Fotografie & Mandala-Design · **Carina Leithold** · Naturnahe Fotoshootings mit Zeit zum Ankommen, Tierfotografie, Mandala-Kreationen, Bild-lizenzen, Lichtblicke-Naturkalender · Jüdenlohweg 13, 08645 Bad Elster · Tel. 0177 3248442 www.mandala-zauber.de · www.gluecksbegleiterin.de

PLZ 09

Paracelsus Schule Chemnitz · Studienleiterin Annette Barz · Am Rathaus 4, 09111 Chemnitz Tel. 0371 517981 · chemnitz@paracelsus.de · www.paracelsus.de/chemnitz

EM-Heidi · **Heidemarie Wagner** · Zertifizierte EM-Beraterin, Effektive Mikroorganismen nach Prof. Higa für Mensch, Tier, Haus, Garten und Landwirtschaft · Robert-Siewert-Str. 20, 09122 Chemnitz · Tel. 0371 225575 · E-Mail: wagner-heidemarie@t-online.de

Neue Netzwerkpartnerin

Kathrin Oelsner · Beziehungsreich · Praxis für psychologische Beratung, Hypnose, Paar-, Beziehungs- und Sexualberatung, Holistic Bodywork, Frauenkraftzeit, Frauenkreis Henriettenstraße 51, 09112 Chemnitz · Tel. 0174 1306780 · www.beziehungs-reich.de

Lichterzen – Praxis · Schule · Verlag · **Katharina Radestock** · Lebensberatung und Begleitung, Ausbildungen, Seminare, Gruppenaufstellungen, Jahreskreisfeste und offene Abende in 09112 Chemnitz, Erich-Mühsam-Str. 23 · Tel. 0371 64638317 · Aktuelles unter www.lichterzen.com

KRAFTREISEN · Meditation & spirituelle Lebensberatung · **Tara Gräfe** · Meditationstrainerin, Seminare, Kurse, Events, Reisen · Hauptstraße 54, 09619 Voigtsdorf OT Dorfchemnitz · Tel. 0371 67604015 od. 0157 84410438 · info@kraftreisen.org · www.kraftreisen.org

Institut Sven Krieger · Ausbildung zum Heilpraktiker für Psychotherapie · Fortbildungen Schönherstraße 8, Gebäude 8, Eingang D, 09113 Chemnitz · Tel. 0371 23479699 · www.institut-sven-krieger.de

Mireen Fellmer · SALANA Energiearbeit · Energetische Heilbehandlungen, Rückführungen, Frauenkreise, Jahreskreisfeste, Rituale, Meditationen, Motherdrum Healing · In der Jurte am Einsiedler Wald, 09123 Chemnitz-Einsiedel · Tel. 0177 3889373 · www.salana-energiearbeit.de

Schönheitsweg GbR – Schamanismus und Körperpsychotherapie · **Malina Opitz & Dirk Kreuzer** · Tel. 0371 23457548 · Schwitzhütten, Körperpsychotherapie, Medizinrad-Ausbildungen, Inneres Kind / Innere Familie, Schamanische Aufstellungen, Frauen- und Männerkreise · www.schoenheitsweg.de · www.praxis-chemnitz.de

Natur Point Unger GmbH · Natürlich Bauen & Dämmen · Norman Unger · Ökologische Naturfarben, Kalk & Lehm, natürliche Dämmstoffe, Massivholzdiele, Parkett, Kork, Linoleum; Ökoplus-Fachhandel Beratung, Verkauf & Ausführung · Schönherstraße 8, 09113 Chemnitz Tel. 0371 28300210 · www.naturpointunger.de

Rosemarie Dagné · Leiborient. Tanz- & Bewegungstherapeutin · Tanzen schenkt Erleben – ermöglicht Ausdruck – schafft Begegnung – entwickelt Spiel. Identität = I-DANCE-IT(Y)®, Raja Yoga-Studio, Altendorfer Straße 28, 09113 Chemnitz · 037206 89900 · Einzelarbeit auf Anfr. www.i-dance-it.yimdosite.com

Marian Kretschmer · Freischaffender Künstler und Kunstpädagogin · marian-kretschmer.de · [instagram.com/marian_kretschmer](https://www.instagram.com/marian_kretschmer) · [therise-offthesleepwalkers.wordpress.com](https://www.therise-offthesleepwalkers.wordpress.com)

Die Grüne Villa · Schamanische Lebensbegleitung · **Elke Heinze-Grüner** · Lebensberatung, Rituale, Seminare und Ausbildung in Reiki, Schamanismus u. a. · Waldrand 21, 09114 Chemnitz 0371 37449051 · gruener@gruenevilla.de

Mehner & Busshardt · Akademie für Ganzheitliche Medizin GmbH · Heilpraktikerausbildung, Naturheilkunde, Homöopathie, Kinesiologie Oberfrohaer Str. 64, 09117 Chemnitz · Tel. 0371 91889739 · akademie@mehner-busshardt.de · www.mehner-busshardt.de

Bausachverständigenbüro Dipl.-Ing. **Michael Aurich** · Baubiologie IBN, Baubiologischer Messtechniker IBN · Stollberger Straße 123c, 09119 Chemnitz · Tel. 0371 2801539, Fax 0371 2820593 www.baubiologik-aurich.de

Neue Netzwerkpartnerin

CarinaKarla Energetics · **Carina Karla Lorenz** · Lebensberatung mit energetischer Begleitung · Verdeckte Aufstellungen · feinstoffliche Arbeit · Heilsame Berührungen vor Ort in 09120 Chemnitz oder als Fernberatung · Tel. 0177 6704531 · CarinaKarla@posteo.de · t.me/CarinaKarlaEnergetics

quipvital · **Andrea Wurm** · Allergien entkoppeln, mehr mentale Stärke, vitalere Lebensmittel, fühl Dich jeden Tag vitaler mit einer Hightech Biophotonen-Innovation, RainbowReiki, Schumann3D-Platte · Tel. 0371 641 329 oder 01777 641329 wurm@quip-design.de

Georg-Steffen Kotzur · Zentrum für Geomantie, Radiästhesie und Geopathologie · Geo-Resonanz, Entstörung, Harmonisierung der Energiefelder von Räumen & Plätzen · Abschirmungen gegen E-Smog und Radioaktivität Schulstraße 25 E, 09125 Chemnitz · Tel. 0371 44453847, 0172 7926666 · www.kraftort-leben.de



Naturheilverein Chemnitz eV · monatliche Vorträge zu interessanten Themen rund um die Naturheilkunde · VA-Ort: JH City Hostel Chemnitz „eins“, Getreidemarkt 1, 09111 Chemnitz Säidenbachstr. 4, 09125 Chemnitz · Tel. 0175 7110638, Montag – Freitag 10 bis 18 Uhr · www.nhv-chemnitz.de

Konzepthaus Jahnstr. 23 · GanzSchönNatürlich – Angebote für innere und äußere Schönheit und Gesundheit; Seminar- & Eventbereich · Jahnstr. 23, 09126 Chemnitz · Tel. 0371 4948509 · www.jahnstrasse23.de

Strategieberaterin & Mentorin **Mandy Lux** · Individuelle und nachhaltige Unterstützung und Begleitung auf dem Weg zum Erfolg für Existenzgründer & Soloselbstständige. Social Media Management für Unternehmen. Zum Adelsberg 13, 09128 Chemnitz · 0371 77419905 · www.lux-strategie.de · www.lux-marketing.de

DIE Tanzoase Chemnitz & Lebensschule „Bella Vita“ · **Bella Stuedel** · Orientalischer Tanz & Hawaiianischer Hula, ZENBo® Balance, Tanz Dich FREI, FrauenRaum · Kurse, Seminare, Fortbildungen Astro- & system. Coaching für Singles & Paare Palmstr. 17, 09130 Chemnitz · 0172 7918328 www.bella-kalima.de

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

viridi – Vielfalt bewusst genießen · **Katja Schönherr** · Catering, Kochkurse, Workshops mit äther. Ölen, betr. Gesundheitsmanagement und alles was Dir gut tut. Veranstaltungen siehe www.viridi-chemnitz.de · Beratung zu Produkten von LR, Doterra und Prowin · Orthstraße 9, 09131 Chemnitz · Tel. 0371 64636786

Guidohof – Frisches vom Biohof direkt ins Haus, Lieferservice für Bio-Lebensmittel, Hofladen, Veranstaltungen rund um Bio: Hofrundgang, Kräuter-spaziergang u.v.m. · Am Ullersberg 31, 09212 Limbach-Oberfroha OT Uhlendorf · Tel. 037609–5433 · www.guidohof.com

REIKI-OASE – Praxis für ganzheitliches Geistiges Heilen · **Bettina Bauch** · geistige Aufrichtung & Begradigung, ATLAS-Korr., Chakras Clearing, Meditation, Fernheilen, Fern-Einweihungen u. v. m. Waldenburgerstr. 117, Limbach-Oberfroha Tel. 03722 92836 · bettinabauch@web.de · www.das-reiki-portal.de

Energetische Praxis für Mensch und Tier · Tierheilpraktikerin **Ingrid Krüger** · Ganzheitliche Energiearbeit mit Tieren, Tierkommunikation, Ernährungsberatung für Tiere, Mykotherapie für Tiere, Workshops · Siedlerweg 1, 09212 Limbach-Oberfroha · T. 037381 66669899 · www.mensch-und-tier-wolkenburg.de

Heike Seewald-Blunert · Kontrast Reich Raum für Lernen und Entspannen, integrative Lerntherapie, Kompetenztraining für Erzieher, Yogatherapie im Tuch · Hauptstr. 11, 09235 Burkhardtsdorf · Tel. 0177 8587507 · www.kontrast-reich-training.de

Schokoladenmanufaktur Choco Del Sol · Patrick Walter · Verkauf von handgef. Köstlichkeiten aus Bio-Kakaobohnen, Schokoladen-Seminare, Mitarbeiter- u. Motivationsveranstalt., Feiern, Jubiläen · Schlossstr. 10, 09328 Rochsburg (direkt im Schloss) · Tel. 0174 3413403 · Online-Shop: www.chocodelsol.com

Berghof Göritzhain – Zu verkaufen! Drei Seiten Hof in idyllischer Lage. Auch Teilverkauf möglich. Bei Interesse E-mail: berghof.goeritzhain@yahoo.com · Tel. 037383 80133

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



**Unbeschwert Urlaub machen
und Freiheit genießen mitten im Wald**

**Ihr könnt alles
Ihr müsst nichts**

**EZ ab 55,00 Euro
DZ ab 85,00 Euro
FEWO ab 96,00 Euro**
Preise inkl. Frühstück

Gesunde, vegetarische, vegane und gut bürgerliche regionale Küche mit einheimischen Erzeugnissen

Gasthof und Pension Brettmühle
Inh. Iris Sellke
Brettmühle 5
09471 Königswald
Tel.: 03733 429639
E-Mail: info@brettmuehle.com

www.brettmuehle.com

www.brettmuehle.com

Eine schöne positive energetische Umgebung wartet auf Euch



Gästezimmer König im Erzgebirge Ruhige Auszeit in den Bergen

von Ann König



Hast Du das Gefühl, einmal raus zu müssen, den Wunsch nach einem Tapetenwechsel, Abstand und Ruhe, Normalität, damit sich Raum für Lösungen und neue Inspirationen zeigen? Dann fühl' Dich herzlich willkommen auf 750 Höhenmetern in Breitenbrunn – dem „Kristall des Erzgebirges“. Erfreue Dich an einem weiten Blick in das Tal auf die angrenzenden Berge mit weitläufigen Wäldern, die zum Wandern einladen. Genieße entspannende und erholsame Momente in unserem Natur- und Wildgarten. Das sehr ruhige Ferienzimmer mit Fußbodenheizung und optionalem Kaminofen befindet sich im Kellergeschoss mit eigenem Eingang und bietet alles für einen ruhigen Selbstversorger-Urlaub allein oder zu zweit. Kräuter und Früchte des Gartens können gern verwendet werden.

Zimmerpreis ab 39 € pro Nacht (Mindestaufenthalt 2 Nächte). Es kann direkt gebucht werden (Netzwerkpartner erhalten 15% Rabatt).

Anfragen an: Ann König, Kupferweg 12, 08359 Breitenbrunn
Tel. 0176-56892679 · mail@annkoenig.de

Gesundheitszentrum im Kunsthof Eibenstock

von Kerstin Schreier

Wir gehören mit unserem Kunsthof-Team zu den Menschen, die jeder Situation etwas Positives abgewinnen können. So wurden die letzten beiden Jahre für den Ausbau des leerstehenden Kellers genutzt – ohne Rücksicht auf Feriengäste nehmen zu müssen. Entstanden ist eine Saunalandschaft im Bergbau-Ambiente: Man kommt unter Tage im Stollen an und findet bretterbeschlagene Wände und rustikale Felsen mit leuchtenden Salzkristallen, bewacht vom heimischen Berggeist. Eine Infrarotliege lädt zum Entspannen in angenehmer Wärme ein, die Sauna ist mit verschiedenen Temperaturen und Dampfanzwendungen wählbar – von finnischer Hitze bis milder Biosauna. Zum Pausieren trifft man sich in der gemütlichen Sitzecke oder entspannt auf einer Liege im dezent beleuchteten Ruheraum.



Zum Stollen gehört ein lehmgeputztes Badezimmer für basische und Kräuter-Anwendungen, alleine oder zu zweit. Das Erleben wird vollendet mit einer Massage unserer Wellnesstherapeutin und Jentschura- ausgebildeten Körperpflegerin. Deine Weltreise der ganzheitlichen Anwendungen führt von ayurvedischen über tibetische und chinesische Behandlungsmethoden bis zur umfassenden basischen Körperpflege u.a. mit Moxen, Körperwickeln und Packungen.

Auszeit-Seminar EhrlichZeit für Paare

mit Elisabeth Penselin & Christoph Konradi



Raus aus den eigenen vier Wänden und drei Tage in die Natur. Für Paare, die miteinander wachsen wollen und Lust haben auf Tiefe in der Beziehung. Als Seminarleiter begleiten wir Euch in diesen Tagen mit anderen Paaren.

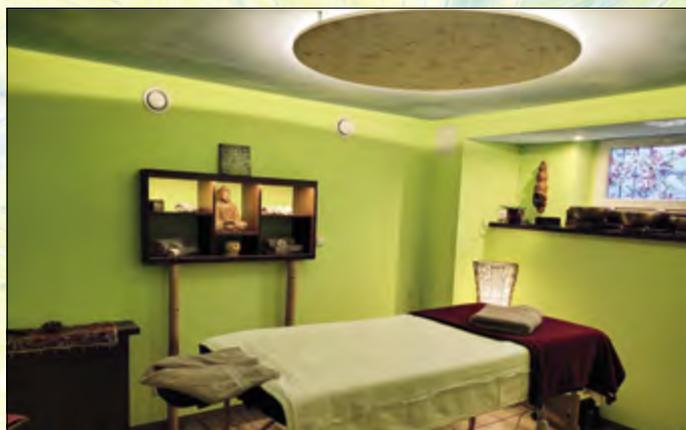
Losgelöst vom Alltag, umgeben von ruhiger Natur, mit täglicher Meditation und angeleiteten Übungen, begegnet Ihr Euch in einem bewussten Raum. Ihr entdeckt Wege für ein ehrliches, berührendes Miteinander. Eingefahrene Muster zwischen Euch können sich lösen. Eure Beziehung erfährt Lebendigkeit und Vertrauen.

EhrlichZeit EhrlichZeit für Paare – Seminar auf Rügen
07.–10. Juli 2022 | 15.–18. September 2022

Das Auszeit-Seminar findet in der Natur mitten auf Rügen auf einem Schäferhof, umgeben von Feldern und Wiesen, statt. Ihr kommt mit Eurem (oder gemieteten) Camper oder übernachtet im Schäferwagen, in Eurem Zelt oder PKW. Als Gruppe treffen wir uns im Outdoor-Sternzelt. Den Morgen beginnen wir in Stille mit Bewegung und Meditation. Der Tag besteht aus angeleiteten EhrlichZeiten für Euch als Paar. Am Abend... lasst Euch überraschen!



Elisabeth Penselin & Christoph Konradi · kontakt@ehrllichzeit.de
Tel. 038424 228826 · Alle Infos findet ihr unter www.ehrllichzeit.de



Für unser Wohlbefinden sorgt in erheblichem Maß die bewusste und richtige Ernährung. Sie ist Bestandteil der basischen Gesundheitstage im Kunsthof und ist geprägt vom Säure-Basen-Verständnis nach Jentschura. Ergänzend können während Deines Aufenthaltes in einem unserer Apartments die Yoga- und Kreativangebote sowie der naheliegende Kräutergarten des Vereins „Wiesenreich Miriquidi“ genutzt werden. Seit letztem Jahr bietet ein großes, erzgebirgisches Ferienhaus für 7 – 9 Gäste neue Möglichkeiten für Familienurlaub oder Gruppenreisen.

Unser Ansinnen besteht in der Vision, mit dem Kunsthof einen Ort der Ruhe und des Friedens, der körperlichen und geistigen Genesung zu erschaffen. Einen Ort der Gemeinschaft und des harmonischen Miteinanders für eine liebevolle, neue Erde! Wir freuen uns auf Euch.

Kunsthof Eibenstock · Kerstin & Wolf-Dietrich Schreier
Ludwig-Jahn-Str. 12, 08309 Eibenstock
Tel. 037752 240 · www.kunsthof-eibenstock.de



PLZ 09

Salzgrotte SALAERO · Inh. Kristin Schnupp
Sole-Inhalation & Entspannung im Meeresklima für Kinder & Erwachsene · Veranstaltungen: Hypnose, Klangschalen-erlebnis, Yoga, Shiatsu-Massage, Osteopathie · Salzlampen, Energiebilder
Neumarkt 1, 09337 Hohenstein-Ernstthal · Tel. 03723 6793322 · www.salaero.de

Qi-Aktiv · **Ines Fischer** · Qigong – Natur – Bewegung · Hui Chun Gong, Guo Lin Qigong, KAHA, Wandern & Qigong Lungwitzer Straße 82, 09356 St.Egidien, Tel. 0174 9035409 · ines.hcg@gmail.com · www.qiaktiv.de

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

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

Christian Voigt · Maurer-Lehmbau Voigt GmbH
Holen Sie sich die Natur zu sich nach Hause, Lehm schafft Ihnen ein angenehmes Raumklima, Kalkputz ist für Allergiker bestens geeignet; 09387 Jahnsdorf, Parkstraße 1 · E-Mail: info@lehmbau-voigt.de · www.lehmbau-voigt.de

FINDE DEN WEG: **Barbara Bogdain** HP Psychotherapie, Traumatherapeutin · Beratung u. Wegbegleitung in schwer. Lebensphasen · heilende Wege finden durch die Arbeit mit dem höheren Bewusstsein (Hypnose-Methode nach Dr. Yager) · Klang&Stimme · Rödlitzerstr. 40, 09394 Hohndorf · T. 0174 6091693 · pianofortebb@posteo.de

Neue Netzwerkpartnerin

Kathrin Salostowitz – TTENA@VITALSYSTEME · Galvanischer Feinstrom – Bioresonanz für zu Hause · Beratung – Anwendungen – Betreuung · Rosenstraße 14, 09405 Gornau · Tel. 0172 7617976 · k.salostowitz@gmail.com · www.ttena-vitalsystem.de

KRÄUTER-GUT · **Elisabeth Püschmann**, die Kräuterfrau · Kräuter-Gut – sie tun gut – sie schmecken gut – sie sind gut – sie sind ein Gut; Die Fülle erfahren, altes Wissen der Kräuterkundigen neu entdecken & weitergeben · Hauptstr. 58, 09573 Dittmannsdorf · 0162 4949195 www.kräuter-gut.de

Katharina Weisbach (Ani Rahtak) · Spirituelle Bücher für Kinder/Erwachsene · Bilder, Collagen-Seelengedichte mit künstlerischer Umrahmung · Accessoires · 09430 Drebach, Hauptstr. 207 A · Tel. 0151 50724780 · E-Mail: kontakt@ordner-leben.de · www.ordner-leben.de

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

Neuer Netzwerkpartner

Reines Wasser aus der eigenen Quelle: Für Gesundheit & Vitalität, preiswerte Einsteigermodelle, professionelle Beratung, Einbau & Filterwechsel. Nie mehr Wasserkränne schleppen! Ja, ich möchte reines Wasser trinken! Nummer wählen & unverbindl. Beratung sichern: Tel. 0151 51957910 · 09456 ANA · www.waternow.de

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

LEBENSWERKSTATT · **Annett Illig & Hendrik Frey** · Hofkonzerte, Musikmeditation, Yoga, Seminarhaus, Ferienhaus, Handwerk · Wiesenweg 17, 09456 Mildenaу · 0172 9360961 hendrik@lebenswerkstatthof.de · www.lebenswerkstatthof.de

Gabriela Schlenz – Malerei / Grafik / Kunst in der Natur · Schlettauer Straße 4, 09468 Tannenbergr · Tel. 03733 542915 · www.gabriela-schlenz.de, www.atelier-engelsberg-fundgrube.de

Begegnung und Bewegung im Lebenskreis **Jana Konrad** · Lebensberatung, Reiki, Schamanische Arbeit/Rituale, Entspannungsmethoden wie PMR, Autogenes Training, Access Bars®, Einzelstellen mit Familienbrett oder Steinen; An der Pfarrwiese 95 A, 09468 Geyer · Tel. 0178 9333464 · www.janakonrad.com

Gesundheitsberaterin **Kathrin Zinn** „Wertvoll-Lebendig-Sein“ · Ernährungsberatung „Ess-Beziehung“, Fachberaterin für Säuglings- und Kinderernährung, Fastenbegleiterin, Kurse, Vorträge, Seminare (Ernährung, Heilkräuter, Brot backen) · 09471 Königswalde · Tel. 0175 6691765 · www.kathrinzinn.de

Gasthof & Pension Brettmühle · Traditionsgaststätte mit Herz & Liebe geführt von Iris Sellke; tgl. von 11–21 Uhr, Speisen aus Produkten der Region gepaart mit saison. Leckereien; 5 DZ / 2 EZ / FEWO · Brettmühle 5, 09471 Königswalde Tel. 03733 429639 · info@brettmuehle.com www.brettmuehle.com

Bewegungsschule & Therapie – **Bärbel Espig**, Physiotherapeutin, KAIROS-Methode, Systemische Narbentherapie nach Boeger, Spiraldynamik, Betriebliche Gesundheitsförderung, Sturzprävention, Organisation Feldenkrais WE; Schillerstr. 118c, 09474 Crottendorf · 0171 7482649 · www.physiotherapie-espig.de

Regina Rößler-Wagner · Zentrum für Geistiges Heilen: Geistheilung, Lebensberatung, astrol. Psychologie, Aurachirurgie, Reflexzonenther. Studio für Naturkosmetik: Naturkosmetische Anwendungen u. Produkte, med. Fußpflege · Annaberger Straße 82, 09484 Kurort Oberwiesenthal Tel. 037348 – 23962 & – 22200

Marco Helmert · Coaching für Führungskräfte im Gesundheitswesen · www.marco-helmert.de
Praxis für integrativ-dynamische Hypnotherapie, Anton-Günther-Weg 1a, 09496 Marienberg · Tel. 03735 661888 · www.helmert-praxis.de

Dipl. Ing. **Eberhard Haase** · Holographischer Raumklang, Naturschallwandler, Musik nicht nur hören, sondern spüren · Lehngasse 4, 09514 Pockau-Lengefeld · Tel. 037367 2722 · www.naturschallwandler.de

ERKEHNtnis by **Manuela Kehn**: Beratung · Coaching · Therapie; Beratung rund um die Personalentwicklung, Erkenntniscoaching, Businesscoaching · Heilpraktikerin für Psychotherapie, NLP, Tiergestützte Therapie, Yoga · Hofgut Hirschberg, Sachsenweg 1, 09526 Olbernhau · Tel. 037360 794394 · www.manuela-kehn.de

Hofmühle Pfaffroda – Zentrum der Begegnung und des Miteinanders Regionalläden · Seminare, Vorträge, Konzerte, Tanz uvm. Übernachtungen in Jurte, Zirkuswagen, Ferienwohnung. Seminarräume und Jurte für Mitmacher / Anbieter · Am Schafhübel 1, 09526 Olbernhau · Tel. 037360 484228 · www.hofmühle-pfaffroda.de

Eppendorfer Gesundheitspraxis · Energetische Therapeutin **Gabriele Giersch** · Informationsfeldmedizin TimeWaver Med, Energetische Anwendungen, Wohn- / Geschäftsraumharmonisierung · Talstraße 5, 09575 Eppendorf · Tel. 0157 82462946 · www.eppendorfer-gesundheitspraxis.de

Energie fürs Leben · **Andrea Kyak** · Yoga, Lebensenergieberatung · Eubaer Straße 23g, 09577 Niederwiesena · Tel. 0172 8779885 · www.anschotten.de

Lebendige Projekte suchen Mitwirkende

Lebens-(T)raum Dahlen – VEREIN schafft WERT

Nachhaltig wirkende, wertschaffende Beteiligung möglich

Ihr Lieben im MiteinanderSein, die Vernetzung miteinander und die in Freiheit gelebte Verbundenheit stellt vielleicht gerade in dieser Zeit eine besondere Alternative der Lebensgestaltung dar. Die „SeelenLicht-Akademie“ schafft einen solchen Rahmen für die Vernetzung und das Gemeinschaftsleben der Mitglieder, die sich der Idee anschließen, mehr über die ganzheitlichen Zusammenhänge körperlicher und seelischer Heilung zu erfahren [...] Mit der „alten Jugendherberge“ in Dahlen wurde ein lichtvoller Ort für dieses Projekt gefunden, welcher die notwendigen Ressourcen und den allgemeinen Rahmen zur Verfügung stellt. Auf dem 17000 m² großen Grundstück befinden sich ein Haupt- und ein Sommerhaus, ein Seminarzentrum sowie ein Einfamilienhaus. Wir freuen uns über jegliche Unterstützung.
Roy Müller · Tel. 0176 23998815 www.seelenlicht-akademie.at/lebenstraum/



Therapeutischer Lebensort im Sophiengrund e.V. Waldenburg



Wir möchten unsere Vision eines präventiv-therapeutischen Zentrums mit angegliedertem Kur- und Seminarhaus sowie Natur-, Kunst- und Kulturwerkstätten einschließlich tiergestützter Therapie nun in die Tat umsetzen und einen therapeutischen LEBENSORT – mit vielfältigen heilsamen Impulsen für Erde, Pflanzen, Tiere und Menschen entstehen lassen. Im Sophiengrund ist zunächst vorgesehen, die geplanten baulichen Aktivitäten zur Sanierung der vorhandenen Bausubstanz in baubiologisch unbedenklicher Bauweise teilweise durch den sozialtherapeutischen Werkstattbereich der benachbarten Luisenhof-Gemeinschaft (Mitinitiator) umzusetzen. Für die erste Betriebsphase mit betreuten Wohngruppen und der Wiederbelebung des ehemaligen Gasthofs als „KulturCafé zur Ente*inclusiv“ und therapeutischen Praxisräumen wurde zudem eine Kooperation mit der Luisenhof-Gemeinschaft beschlossen. Für das Gelingen unserer Visionen braucht es noch einige fleißige Hände und kreative Köpfe. Die folgenden Termine sind geplant und wir freuen uns über Deinen Besuch:

- **Tag der offenen Baustelle** am Ostersonntag, den 17.4.22. ab 13 Uhr
- **Tag der Städtebauförderung** am Samstag, den 14.5.22
- **BausommerCamp 2022** vom 1.–7.8.22 (AktivUrlaub, welcher der Gebäudesanierung und der Gestaltung der Außenanlagen sowie der Gartenpflege dient)

Anmeldung: BausommerCamp@sophiengrund.de
Weitere Infos: https://www.luisenhof-gemeinschaft.de/projekte.html

Anmeldung: BausommerCamp@sophiengrund.de
Weitere Infos: https://www.luisenhof-gemeinschaft.de/projekte.html

Gründung einer Oberschule Langenbernsdorf

Schon sehr lange hege ich den Wunsch, eine Oberschule in Langenbernsdorf ins Leben zu rufen. Meine große Tochter besucht bereits eine Oberschule. Faktoren wie die Trennung von Freunden, lange Buswege, ein rauer Umgangston, Anonymität, u. v. m. wurden zur Realität. Zudem beruht das bisherige Schulsystem meist auf Druck und Dauerstress. Es vergeht kein Tag, an dem unsere Kinder nicht bewertet werden. Es gibt keine Individualität. Alle müssen funktionieren, in einem vorgegebenen System. Wer nicht reinpasst, hat es schwer. Es gibt schon einige Schulformen, die es uns vormachen, wie z. B. die Montessori- und Waldorfschulen. Lassen auch wir für unsere Gemeinde eine Oberschule mit einem zeitgemäßen Charakter entstehen. Ein grobes Konzept gibt es bereits! Nun werden Menschen gesucht, die aktiv mit anfassend und bei dem Projekt „eine Oberschule für unsere Dorfgemeinde“, mitwirken wollen. Fühlst Du Dich als Lehrer / als Elternteil angesprochen, für die nächsten Generationen eine Oberschule in Langenbernsdorf zu erschaffen? Bist Du vielleicht sogar Lehrer oder Lehrerin und möchtest nicht mehr länger im alten System arbeiten? Oder findest Du Dich gerade im Studium und baust von Anfang an Deinen zukünftigen Arbeitsplatz mit auf? Du hast eigene Ideen und möchtest Dich verwirklichen? Dann melde Dich bis zum 31. März bei mir.
Eure Jacqueline Scharfen · Tel. 0172 3799082
info@tagesmutti-niederaltersdorf.de



Forschungs- & Bildungsverein · Leben lichtvoll gestalten SeelenLicht-Akademie

von Roy Müller

Gesundheit, persönliches Wohlergehen und verankerte Lebensfreude ist nicht nur möglich, sondern durch unser Tun und Handeln in Verbindung mit unserer geistigen klaren Ausrichtung gestaltbar. Entsprechend unserer Vereins-Vision wollen wir nicht nur thematisch mit einander agieren, sondern darüber hinaus die gemeinschaftliche Lebenskunst im Alltag integrieren und einen Vereins-Ort der lichtvollen Begegnung bereitstellen. Die Vernetzung miteinander, die in Freiheit gelebte Verbundenheit in den gemeinsamen Idealen und Aktivitäten stellen vielleicht gerade in dieser Zeit eine besondere Alternative der Lebensgestaltung dar. Bist Du ein Mensch, der sein „Bewusstes Sein“ weiter ausdehnen möchte, dann bist Du herzlich willkommen, unsere Gemeinschaft durch Dein Wesen und Deine Talente zu bereichern und um unseren Lebens(T)raum weiter dynamisch zu entwickeln.



Der Verein macht allen Interessierten die ganzheitliche Heilarbeit und alternative Gesundheitsmedizin über Workshops und Veranstaltungen erfahrbar. Eine Fördermitgliedschaft ermöglicht Dir den Zugang zum Vereinsleben und den entsprechenden Angeboten der Gesundheitsvorsorge, Alltagsbegleitung, und der allgemeinen Bewusstseinsentwicklung. Informiere Dich auf unserer Web-Site, welchen Wert eine Mitgliedschaft für Dich bereit hält und bekunde Deine Unterstützung und Wertschätzung, indem Du Kontakt aufnimmst.

Möge sich die SeelenLicht-Akademie zu Deinem Wohl, zum Wohle aller und zum Besten des Ganzen erweisen.

SeelenLicht-Akademie · ZVR: 1208655895 · ganzheitliche Heilarbeit, alternative Medizin und vollkommene Lebenskunst · Workshops · Seminare · Ausbildung Begleitung · Projektbüro: Auf der Höhe 45, 04435 Schkeuditz
Tel. 0176 2399 8815 · www.seelenlicht-akademie.at

(Seelen)Partner gesucht?



Blondes Mädel, 54, 160, schl., attr., künstl., spirituell & doch bodenständig, hellfühlilig; liebt Musik (u. a. Jazz/Blues) selbst musizieren, feiern mit Freunden, Feuer, Sonne, Mond & Sterne; sucht den liebevoll, einfühlsam, geerdeten, handw., aufgewachten Herzmenschen für eine gemeins. Zukunft voller Lachen und ehrlicher Kommunikat; Z/ERZ/Vogtl; regenbogen0868@gmx.de



Möchtest DU mir begegnen? Ich reiche Dir die Hand und freue mich auf die Reise, die kommen möchte. Tauche mit mir in das Meer der Herzlichkeit, Offenheit, Fröhlichkeit, Freude, Liebe und Harmonie, begleitet von der Sonnen- und Mondenergie. Vertraue und lass Dich führen. mona@sinneoffnen.de



Ganzheitliche Kontaktvermittlung für Partner, Business und Freizeit, monatl. Kennenlertreffen, Frischkosmetik und Vitalstoffe, Healy-Frequenzen für Dein bioenergetisches Feld, galv. Feinstrom zur Faltenreduzierung · Madlen Ostertag, 08428 Langenbernsdorf · Tel. 0174 1902705 · www.madlen-ostertag.de

Stellenangebot in Teilzeit oder Vollzeit (m,w,d)

Friseur/in in Zwickau gesucht



Wir freuen uns, eine/n neue/n Mitarbeiter/in in unserem Team aufnehmen zu können. Wenn Du Lust hast, rein biologisch, komplett ohne Chemie arbeiten zu wollen, dann bist Du bei uns richtig. **Wir bieten an:** Haarschnitte für die ganze Familie, Energetische Haarschnitte, Pflanzenhaarfarben 100% biologisch, Energetische Kopfmassagen, Biologische Bartpflege. Die Weiterbildung zum Naturfriseur erhältst Du in unserem Salon. Bei Interesse bitte melde Dich gern.

Thuja Naturfriseur · Antje Kretschmar · 08056 Zwickau, Bosestr. 9
Tel. 0152 22823930 · E-Mail post@thuja-naturfriseur.de



Michael Zinnen · Instrumentenbau, -verkauf, Seminare & Baukurse: Monochorde, Tamburen, Klangliegen, Planetenharfen (Neu); Vertrieb: Didgeridoos, Kristallklangschaalen · August-Bebel-Str. 37, 09579 Borstendorf, Tel. 037294 87500 · www.elmi-klangkunst.de

Juliane Rosenberg · Dreiklang · Klangmassagen und Klangreisen für Kinder & Erwachsene Montag – Donnerstag: Am Sportplatz 2, 09600 Oberschöna · Freitag: Untermarkt 6, 09599 Freiberg · Tel. 0162 5227396 · Juliane.Klangmassage@gmail.com · Facebook: Dreiklang.Juliane.Klangmassage

Meine GlücksKüche – **Kati Walther** · Fasten nach Dr. Buchinger, Basenfasten, Bewegung, Entspannung, Gemeins. Kochen in Gruppen / Individ., Gesundheit fördern & Spaß am Kochen bei Bluthochdruck, Diabetes, Übergewicht, Rheuma etc. Kapellengasse 2, 09648 Mittweida · Tel. 0176 80551092 · www.meine-glueckskueche.de

ZauberWege e.V. · **Kai & Kerstin Müller** · Zauberwege finden und gehen, Trommelbau bis 120cm, Schwitzhütten, Meisterschule, Frauenseminare, Visionssuche, Erlebnistag, Keimbrot-Backkurse · Untere Dorfstraße 14, 09648 Mittweida · Tel. / WhatsApp 0163 2582558, www.zauberwege.de

Mi alma – **Mandy Flechsig** · Energiearbeit & Aufstellungen der Neuen Zeit, spirituelle Begleitung, Traumheilung, Körperarbeit & Frauenkreise in 09661 Rossau, Hauptstraße 185 & im Vitaom Chemnitz · Tel. 0152 22428381; meinweg@mialma-mandyflechsig.de, www.mialma-mandyflechsig.de

PLZ 1

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

Madana Märchentherapie – verbunden mit den Erdmüttern · **Madana Kati Pfau** · Märchentherapeutin & Märchenerzählerin · Seminare, Auftritte, Coaching, Märchentherapieausbildung Am Kiefernwaldchen 4, 15806 Zossen, Tel. 0171 9508920 · Youtube: Weisheit der MÄRCHEN www.katipfau.de

PLZ 17

Praxis für Psychotherapie · **Katrin Apitz** · Coaching & Körperarbeit · Systemische Aufstellungsarbeit, Hypnotherapie, Paartherapie, Supervision, Yoga · Neue Kirchenstr. 3, 17179 Gnoien · Tel. 01577 4911297 · www.systemik-wachstum.de

Gesundhaus Klatschmohn in Rieth · Silke Wendt · Oecotrophologin, Ernährungsberatung und Kochkurse, Seminare, Vitalwochen, Fasten nach Dr. Otto Buchinger, Basenfasten, Unterkünfte · Ahlbecker Weg 6, 17375 Rieth Tel. 039775 20737 · info@klatschmohnhaus.de www.gesundurlaub-klatschmohn.de

Christel Schultz · Yoga- & Pilates-Lehrerin, Entspannungspädagogin, Phytotherapeutin · Kurse, Einzelstunden, Workshops, Wildkräuterwanderungen, Kochen mit Wildkräutern · Gartenstr. 4, 17379 Ferdinandshof · Tel. 0152 01512017 www.yopika.de

Britta Tackmann · Fastenleiterin, Tanzlehrerin, Tanztherapeutin, Coach f. Ernährung „Gutes Leben“ · Ostsee-Fastenkuren auf Usedom/Zinnowitz i. V. m. Gymnastik, Yoga, Wandern, Tanz, Singen, Selbstmassage & Vorträge „Gutes Leben“ 0176 96998543 · fastenanderostsee@email.de, www.guteslebenseminare.de

PLZ 18

Neuer Netzwerkpartner

EhrlichZeit - Auszeit für Paare in der Natur mit Camper & Co auf der Insel Rugen · Für Paare, die miteinander wachsen wollen, mit Elisabeth Penselin & Christoph Konradi, Infos & Anmeldung: kontakt@ehrllichzeit.de Tel. 038424 228826 · www.ehrllichzeit.de

Perlentauherin® · FLOW Mentorin für sensible Menschen · **Claudia Pauli** · Beziehungcoaching, Entspannung mit Essenzen & Frequenzen, Aura-Analyse, Raindrop Technique® Massage, Access Bars® Behandlung & Kurse, Veranstaltungen · Kirchenplatz 12, 18119 Rostock-Warremünde · Tel 0179 64232047 · www.claudiapauli.de

EinsSein – Praxis für geistiges Heilen · **Antje Hoppe** · Geistiges Heilen · Klangschaalen Geomantie · Ätherische Öle · Walkenhagen 9a, 18209 Bad Doberan · Tel. 01520 1677884 · antjehoppe@einssein-praxis.de · einssein-praxis.de

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

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

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

Landhaus Kladow an der Warnow · Ferienhaus & Fastenwandern & Pension · Inhaberin: Regina Paas · Parkweg 9, 19089 Crivitz · Termine und Anfragen Tel. 03863 225233 · www.landhaus-kladow-mv.de / www.fastenwandern-landhaus-kladow-mv.de

SoulBodyWorkout – Einzel und Gruppenarbeit **Katharina Muuß-Adamek** · Medium, Spirituelle Lehrerin, Yoga · Preußenweg 19, 23626 Ratekau · www.engelschule-muuss.de

Hof Hoher Schönberg GbR · Jörg Altmann & Moritz Ahlhorn · erlebbarer Biobaumhof mit Rosenbaumschule, Ölmühle und Hofladen · Kalkhorster Str. 37, 23948 Hohen Schönberg · Tel. 038827 888234 · www.hofhoeherschoenberg.de

Christian Marre · Trinkwasser, Qualität, Filtration und Aufbereitung · Fachvorträge, Beratungen, Nachmessungen, Produktempfehlungen · Osterburger Straße 65, 39576 Stendal · Tel. 03931 4921292 / 0152 53438597 · Fax 03931 4921293 cm@marre-wasser.de · www.marre-wasser.de

PLZ 8/9

Daowege e.V. · Verein zur Pflege ganzheitlicher Lebenskünste · Ausbildungen zum Heil- & Wildpflanzenpädagogogen, Frauenkräuter Weiterbildungen, Qigong sowie Frauen Qigong Ausbildungen, Räucherseminare, Yin und Restorative Yoga Trainings, Taijiquan Seminare und mehr Tel. 0821 20966874 · www.daowege.de

Life-Work Coach · **Roland und Christina Gutzmann** · Brainsoul-Business Krisenlöser, damit die Leitung einer Firma nicht zur Zerreißprobe wird. Nürnberg, Chemnitz · Tel. 0911 40991690, Notfall-Tel. 0173 3293873 · www.brainsoul-business.de · www.soraia-enoah.de

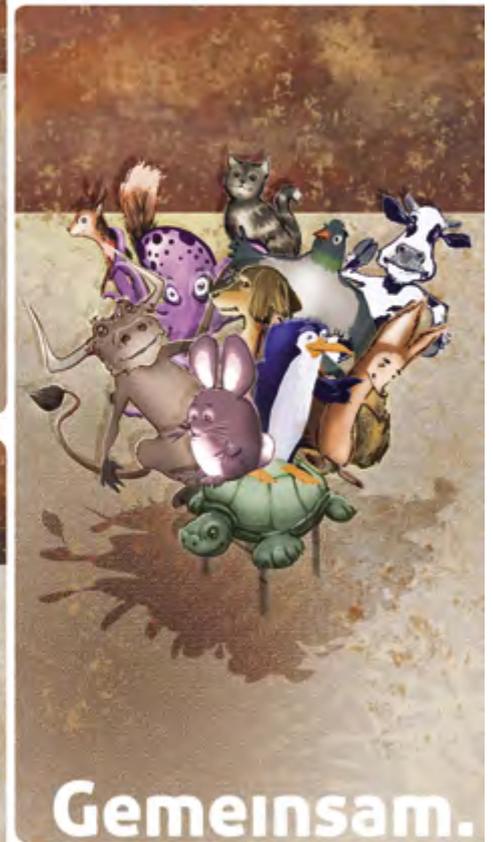




Gemein.

WIE WOLLEN WIR MITEINANDER SPIELEN UND LEBEN?

TRADITIONEN KANN MAN HINTERFRAGEN.



Gemeinsam.