

Treffpunkt Mediation und Kommunikation, Gesundheitsberatung und Bücherstübchen
Ute Niemann, Syker Str. 25A, 28844 Weyhe, Telefon: 0421/804587, mail: info@derneueweg-bs.de
web: www.derneueweg-bs.de, WhatsApp: 0160/94742073

Newsletter Februar 2018

Neue Termine:

Dienstag, 13.02.2018 Beginn 19.00 Uhr: Informationsabend zum Thema: „Alles Gute für unsere Schleimhaut“

Bakterien, Pilze, Viren..... Eindringlinge, die unser Wohlbefinden stören.

Bei Erkrankungen ist der Arzt zuständig.

Doch was können wir tun, um unsere Schleimhäute zu beschützen?

Es gibt Möglichkeiten aus der Natur und auch alte Hausmittel, die uns da behilflich sein können.

Kosten incl. Infomaterial und Getränke: 10,00 € incl. 19% MwSt

Mittwoch, 28.02.2018 Beginn 19.00 Uhr Informationsabend zum Thema: Vitalpilze

Die Firma Mycotroph bietet immer wieder neue Informationen zum Gebrauch ihrer Vitalpilze an, die ich mit Ihnen teilen möchte. Die Inhaltsstoffe der Vitalpilze sind ein wahrer Schatz an Mineralien, Vitaminen und Spurenelementen. Was Sie für unser Wohlbefinden tun können, welche Erfahrungen ich damit bisher gemacht habe, werde ich Ihnen gerne weitervermitteln.

Kosten incl. Infomaterial und Getränke: 10,00 € incl. 19% MwSt

Empathische Kommunikation Thematik des Kurses:

Gefühle wahrnehmen und die Gedanken, die die Auslöser unserer Gefühle sind. Was können wir tun, um möglichst oft angenehme Gedanken und Gefühle zu erleben? Welche Möglichkeiten haben wir, um mit Trauer, Angst, Wut, Scham und Schuld angemessen umzugehen?

Termine:

Montag, Beginn 19.00 Uhr 05.02. 05.03.

Mittwoch Vormittag Beginn 9.30 Uhr 07.02. 07.03.

Donnerstag Beginn 19.30 Uhr. 08.02. 08.03.

Mittwoch, Beginn 19.30 Uhr 14.02. 14.03.

Montag, Intensiv-Kurs Beginn 19.30 Uhr 12.02. 19.03.

Buchvorstellungen:

1. „Leuchten der Erinnerung“ von Michael Zadoorian, Preis: 12,99 € incl. 7% MwSt

Inhalt: Ella macht sich nichts vor. Ihre eigenen Tage sind gezählt, und ihr Mann John ist zu senil, um gestern noch von heute und morgen zu unterscheiden. Ob es da eine gute Idee ist, sich mit über achtzig einfach in ein Wohnmobil zu setzen und über die Route 66 nach Disneyland zu türmen? Natürlich nicht. Doch Ella ist die Hüterin der Straßenkarten und die Wächterin der Käse- und Tablettenrationen. Und sie wird sich dieser Reise stellen- auch wenn sie fürchtet, das auch Liebe sich vergessen lässt.

2. „Obst und Gemüse als Medizin“ von Klaus Oberbeil und Dr. med. Christiane Lentz, Preis: 24,99 € incl. 7% MwSt

Inhalt: Die besten Nahrungsmittel für Ihre Gesundheit- wie Sie die häufigsten Mangelkrankungen und Beschwerden mit den richtigen Obst- und Gemüsearten lindern

3. „Die Naturapotheke“ von Liesel Malm Preis: 14,99 € incl. 7% MwSt

Inhalt: Wer wissen möchte, welches Kraut gegen welche Krankheit gewachsen und in welcher Form es anzuwenden ist, wird hier fündig.

4. „Kräuter und Gewürze als Medizin“ von Klaus Oberbeil, Preis: 15,00 € incl. 7% MwSt

Inhalt: Dieses Buch erklärt von Ampfer bis Wermut, von Alant bis Zitronenmelisse, woher die jeweilige Pflanze stammt, wie sie angebaut, gesammelt und angewendet wird, welche Wirkstoffe sie enthält und wie wir Beschwerden und Krankheiten damit behandeln können. Ein eigenes Kapitel über die häufigsten Krankheiten und Beschwerden rundet das Buch ab.

5. „Wird das was- oder kann das weg?“ von Bärbel Oftring, Preis: 16,99 € incl. 7% MwSt

Inhalt: Erwünschte und unerwünschte Gartenpflanzen erkennen

6. „Schlank mit Darm“ von Prof. Dr. Michaela Axt-Gadermann, Preis: 16,99 € inc. 7% MwSt

Inhalt: Der Darm ist die Schaltzentrale unserer körperlichen und geistigen Gesundheit. Billionen im Darm ansässiger Bakterien erfüllen eine Vielzahl von Aufgaben und entscheiden unter anderem auch darüber, wie gut oder schlecht die von uns aufgenommene Nahrung verwertet wird. Dieses Buch zeigt, wie in 6 Wochen die Darmflora optimiert werden kann und damit eine dauerhafte Gewichtsreduzierung erreicht wird.

7. „Fasten für Berufstätige“ von Ralf Moll, Preis: 9,99 € incl. 7% MwSt

Inhalt: Fasten und Beruf- schließt sich das nicht aus? Die Suppenfasten-Methode von Ralf Moll ist so schonend und angenehm, dass man das Fastenprogramm problemlos mit Familie und Beruf verbinden kann.

Die leckeren Suppenrezepte lassen sich schnell und leicht zubereiten und sorgen für eine gleichmäßige Basenzufuhr- Energiekick garantiert.

Mit dem detaillierten Wochenplan können Sie das Fasten ganz einfach in den Berufsalltag integrieren: Vom Muntermacher am Morgen bis zum Leberwickel am Abend, der Plan gibt genau vor, wie jeder Fastentag während der Arbeitswoche aussehen kann. Die zusätzlichen Yoga- und Fitnessübungen sind so konzipiert, dass sie auch am Arbeitsplatz durchgeführt werden können.

Duftangebot Monat Februar:

5 ml Lemongrass bio und 5 ml Teebaumöl bio von Primavera life für 10,00 € statt für 11,80 € incl. 19% MwSt

Die Mischung dieser beiden Öle (**3 Tr. Lemongrass und 2 Tr. Teebaumöl in eine kleine Wasserschale geben, auf die Fensterbank oder den Heizkörper stellen**) ergibt einen frischen und reinigenden Duft, der Keime aus der Luft entfernt. Das Raumklima verbessert sich und Sie können gut durchatmen.

„Frauenwohl“ Hitzewallungsspray Bio von Primavera 30 ml: Das pflegende Körperspray erfrischt und wirkt ausgleichend. Wertvolle Bio-Pflanzenwässer verwöhnen Haut und Sinne. Der frisch blumige Duft aus 100% naturreinen ätherischen Ölen mildert aufkommendes Hitzegefühl und wirkt stimmungserhellend. Das ätherische Öl des Muskatellersalbeis wirkt ganzheitlich entspannend und ist in der Aromatherapie als Frauenöl bekannt.

Einführungspreis: statt 12,90 € = **10,00 € incl. 19% MwSt**

Nasya-Öl: ayurvedische Ölmischung aus Sesamöl und Kräutern:

Dieses Öl dient der Stärkung der oberen Luftwege (Nase, Nebenhöhlen) und der angrenzenden Bereiche.

12 ml: statt 7,50 € = **7,00 € incl. 7% MwSt**

Sanddornsaft bio 350 ml von Sonnentor: stärkt das Immunsystem und ist ein hervorragender Vitamin-C-Lieferant

350 ml statt 6,85 € für **6,00 € incl. 7% MwSt**

Birkensaft bio 500 ml von Naturkraftwerke: ist vor dem beginnenden Frühling eine sanfte und hervorragende Pflege unserer Nieren. Der Birkensaft ist gewonnen aus dem Stamm der Hängebirke auf kontrolliert biologischer Produktion. (unpasteurisiert, ohne Konservierungsstoffe). 1-2 kleine Gläschen pro Tag können ideal als Tafel- oder Erfrischungsgetränk genossen werden.

Statt 21,90 € = **20,00 € incl. 7% MwSt**

Jetzt ist es bald soweit.

Die erste Schneeglöckchen und Krokusse blühen schon und die Tage werden länger und hoffentlich auch bald wieder heller.

Mein Mann und ich wünschen Ihnen allen eine gesunde und glückliche „RestWinterzeit“ ;-))

Mit herzlichen Grüßen

Hans-Hermann und Ute Niemann

P.S. die Teeangebote sende ich noch einmal gesondert mit