

**Treffpunkt Mediation und Kommunikation, Gesundheitsberatung und Bücherstübchen**  
Ute Niemann, Syker Str. 25A, 28844 Weyhe, Telefon: 0421/804587, mail:  
[info@derneueweg-bs.de](mailto:info@derneueweg-bs.de), web: [www.derneueweg-bs.de](http://www.derneueweg-bs.de)

### **Buchvorstellungen:**

**1. „Giraffentango“ von Serena Rust, Preis. 14,95 €**

**Inhalt:** Wollen Sie das volle Potential Ihrer Partnerschaft verwirklichen?

„Giraffentango“ bietet Ihnen hochwirksame Anregungen, um die Hindernisse auf dem Weg zu Nähe und Vertrautheit in Ihrer Beziehung meisterhaft zu lösen. Gewaltfreie Kommunikation ist dabei der Königsweg, um gut zuzuhören und die eigenen Bedürfnisse klar zu äußern. Statt in alten Mustern schmerzhaft stecken zu bleiben, lernen Sie die nächsten Schritte zu einer reifen, erfüllten Paarbeziehung. Statt sich in Kampf und Streit aufzureiben, werden Gespräche zu einem schwungvollen Tanz und die Reibung zur Inspiration für ein lustvoll aufeinander bezogenes „Wir“.

**2. „So bin ich eben!“ von Stefanie Stahl, Preis: 14,95€ incl. 7% MwSt**

**Inhalt:** Sich und andere zu verstehen ist so schwer und doch so einfach. Wer hätte sie nicht gern, eine „Gebrauchsanweisung“ für sich selbst und für seine Mitmenschen? Amüsant und fundiert stellt die Bestsellerautorin Stefanie Stahl die Typenlehre nach C.G Jung und Myer/Briggs vor. Warum sich diese Typenlehre international so etabliert hat, wird Ihnen klar, wenn Sie zu ebenso erstaunlichen wie intelligenten Einsichten über sich selbst, die anderen und das Miteinander gelangen. Ein Buch mit vielen Aha-Erlebnissen: Plötzlich sieht man typisch menschliche Verhaltensweisen in einem ganz neuen Licht. Verbunden werden die Einsichten mit konkreten Ratschlägen, wie man mit sich selbst und seinen Mitmenschen am besten zurechtkommt. Das Extra für den ungeduldigen Leser: man kann das Buch auch von hinten lesen- der Test auf der letzten Seite verrät: So bin ich eben!

**3. „Ich vergebe“ von Colin C. Tipping, Preis: 20,00 € incl. 7% MwSt**

**Inhalt:** Wie kann es sein, dass diejenigen, die uns am meisten verletzen und wehtun, auf einer höheren Ebene unsere innigsten Freunde sind? Und wenn das so ist, wie können wir dann unsere Beziehungsprobleme, unseren Ärger und unsere Verletztheit in Liebe und Mitgefühl transformieren?

Der praktische und direkte Ansatz der Radikalen Vergebung hat seit Erscheinen des Buches Tausenden von Menschen geholfen, ihre Beziehungsprobleme, ihre innere Zerrissenheit und vermeintlich unüberwindliche Hindernisse im Leben in einem völlig neuen Licht zu sehen: Als Chancen zu innerem Wachstum, Heilung und Öffnung für die wunderbaren Fügungen in unserem Leben.

In einfach nachzuvollziehenden, praktischen Schritten zeigt Colin Tipping auf, wie wir im Alltag, in unseren Beziehungen und am Arbeitsplatz aus dem, was uns am meisten aufregt und die größten Probleme bereitet, die wichtigsten Lektionen lernen können.

**Radikale Vergebung** ist weit mehr als herkömmliche Vergebung. Statt nur zu verzeihen und zu vergessen, zeigt sie uns, wie wir in unseren Widersachern unsere Lehrer und in unserer Wut die Energie zu unserer inneren Transformation und zum Ausstieg aus unserer Opferrolle finden können. Denn wirkliche Heilung beginnt erst mit der Bereitschaft, die Vollkommenheit in allem zu erkennen.

**4. „Auf den Schultern des Windes schaukeln“ von Daniel Wilk, Preis. 17,95 € incl. 7% MwSt**

**Inhalt:** Ruhe gehört zu den wichtigsten Voraussetzungen für Gesundheit. Sie löst neben körperlichen auch psychische Spannungen. Das Lesen oder Hören geeigneter Geschichten kann solche heilsam wirkenden Prozesse nachdrücklich unterstützen. Es

5. führt zu körperlicher Entspannung, hilft Ängste lösen und lässt positive Gefühle entstehen.  
„**Auf den Schultern des Windes schaukeln**“ ist eine Sammlung von erprobten Geschichten, die über die Entspannung einen harmonisierenden und heilenden Einfluss auf den Leser bzw. Hörer ausüben. Sie sind thematisch in erster Linie auf den Körper bezogen und sprechen zum Teil gezielt einzelne Organe an. Der Leser erhält vielfältige Anregungen für den Zugang zu eigenen Potenzialen, sodass Körper und Psyche die Selbstheilungskräfte aktivieren können.  
Das Buch richtet sich gleichermaßen an Entspannung Suchende wie an Therapeuten, die Trance-Geschichten in der Arbeit mit ihren Klienten einsetzen möchten.
6. **CD „Travelaid“ Ramas Flug von Agata Ciurkot, Preis 20,00 €**  
zu Agata: Ich habe Agata beim Suppenfasten in Ahlhorn kennengelernt. Sie kommt aus Polen, hat dort Musik studiert. Da das Studium in Deutschland nicht anerkannt wird, studiert sie hier Musik. Sie spielt wunderbar Klavier und leitet auch Chöre. Auf Ihrer CD spielt sie selbstkomponierte Songs von Annett Becker-Edert. Annett Becker-Edert spielt Flöte, Altflöte und Saxophon, Agata Klavier und Martin Gruett Bass. Die Musik ist sanft und entspannend. Mir gefällt sie so gut, dass ich die CD für Agata gerne anbieten mag. Wer Interesse hat, kann bei mir gerne reinhören.

**Und hier sind noch ein paar Tipps:**

Wer seinem Darm etwas Gutes tun möchte, kann mit einer Vitalpilzmischung von Mycotroph seine freundlichen Darmbakterien füttern, den Vitamin B-Haushalt auffüllen und alle essenziellen Aminosäuren aufnehmen. **Der Vitalpilz „Pleurotus ostreatus** ist reich an den Vitaminen des **B-Komplexes**: B1, B2, B3, B6, B7 und B12. Darüber hinaus enthält er **Folsäure**, die **Vitamine C und D**, ein hohes Maß an **Proteinen** sowie alle **essenziellen Aminosäuren**. B-Vitamine dienen der Energiegewinnung des Körpers aus Fetten, Kohlenhydraten und Eiweißen und sind für die Funktion von Nervenzellen und Muskeln verantwortlich. Wer Näheres wissen möchte, kann sich gratis die Info-Broschüre des **Instituts Mycotroph** bei mir abholen.

Ein wichtiges Nahrungsmittel in diesen heißen Tagen ist die **Umeboshi-Pflaume**. Sie ist die Königin der basischen Lebensmittel. Ihr Geschmack ist sauer und salzig. Ihre Inhaltsstoffe helfen, das Blut zu entsäuern, die Verdauung zu harmonisieren, den Körper zu entgiften und allgemein zu stärken. Die Umeboshi enthält besonders hohe Mengen an alkalisierenden Mineralien wie Eisen, Calcium, Mangan, Kalium, etc.. und verschiedene Säuren, welche die Aufnahme der Mineralien unterstützen.

**Sonderaktion im August:** 275g-Glas bio statt 12,20€ = **10,00 € incl. 7% MwSt**

**Auch an heißen Tagen empfiehlt es sich, warme Getränke zu sich zu nehmen.** Auch wenn, es zunächst angenehm scheint, ein kaltes Getränk zur Erfrischung zu sich zu nehmen, ist die nachträgliche Erhitzung meistens unangenehm. Unser Magen muss das Kalte wieder auf Körpertemperatur bringen und somit noch extra heizen. Das sind dann die Schweißausbrüche, die folgen. Warme Getränke erfrischen und beruhigen. **Hier sind einige Angebote dazu:**

**1. Olivenblatt-Tee Bio (Quelle: Die Kräuter in meinem Garten von Siegrid Hirsch und Felix Grünberger):**

**Olivenblatt** enthält 30 Polyphenole und den Wirkstoff Oleuropein. Diese Stoffe wirken stark antioxidant, entzündungshemmend, antibiotisch, antiviral und antimycotisch. Zudem soll es auch Nerven und Gehirn schützen, den Blutdruck- und Blutzucker senken u.v.m.

**Sonderaktion im August:** 70 g statt 3,50 € = **3,00 € incl. 7% MwSt**

**2. Frauenmantel-Tee Bio (Quelle: Die Kräuter in meinem Garten von Siegrid Hirsch und Felix Grünberger):**

Frauenmantel wird empfohlen bei allen Frauenleiden, bei Geschwüren, Unterleibsentzündungen, Weißfluss, Fettleibigkeit, Blutarmut, zur Stärkung des Beckenbodens, von Bändern und Gewebe, Wechseljahresbeschwerden, Gebärmuttervorfall und Krampfadern.

**Sonderaktion im August:** 40 g statt 3,20 € = **3,00 € incl. 7% MwSt**

**3. Schafgarbe-Tee BIO (Quelle: Die Kräuter in meinem Garten von Siegrid Hirsch und Felix Grünberger):**

Die Eigenschaften der Schafgarbe sind: entzündungshemmend, anregend, antiseptisch, krampflösend, harntreibend, blähungswidrig, verdauungsfördernd, menstruationsregelnd.

**Laut TCM** ist die thermische Wirkung neutral, die zugeordneten Organe sind Leber, Milz und Blase. Schafgabe nährt die Milz und löst Leberstagnationen. Sie trocknet Schleim und Feuchtigkeit und bewegt das Blut. Die Gebärmutter wird angeregt. Man verwendet sie bei Gallenblasenentzündungen, bei Verdauungsproblemen, bei Migräne, Kopfschmerzen, Schwindelgefühlen und Gastritis.

**Sonderaktion im August:** 50 g statt 3.50€ = **3.00 € incl. 7% MwSt**

**Empfohlene Anwendung:**

**Morgens 1 – 2 Tassen Olivenblatt-Tee**

**Mittags: 1 Tasse Schafgarben-Tee**

**Abends: 1 Tasse Frauenmantel-Tee**

**Von der Ölmühle Solling habe ich für meine Kund/Innen zwei neue Olivenöle zum Testen eingekauft:**

**Das Italienische Olivenöl BIO (frisch und fruchtig, mit milder Säure) kostet:**

100 ml: 4,50 €

250 ml: 6,90 €

**Das Griechische Olivenöl BIO ist ebenfalls fruchtig und wohlschmeckend.**

500 ml kosten: 11,90 €

Anlässlich meines Betriebsjubiläums biete ich im August diese Olivenöle mit einem

**Rabatt von 25 % an**

**Erfrischende Digestife:**

**Essig kann nicht nur jedem Salat eine wohlschmeckende Note verleihen, auch als Digestif ist Essig ein wunderbares Getränk.**

**Einfach einen TL Essig in ein Glas mit Wasser oder Mineralwasser geben. Der Drink erfrischt, fördert die Verdauung und wirkt basisch.**

**Folgende Essigsorten bekommen Sie im August mit 10% Rabatt;**

**Himbeeressig bio 250 ml: 7,90 € ./ 0,79 € incl. 7% MwSt**

**Rotweinessig bio 250 ml: 4,50 € ./ 0,45 € incl. 7% MwSt**

**Holunderblütenessig bio 100 ml: 4,50 € ./ 0,45 € incl. 7% MwSt**

**Die Termine ab August finden Sie gesondert im Anhang.**

*Mein Mann und ich wünschen Ihnen eine schöne Zeit,  
kommen Sie alle gut durch die heißen Tage und bleiben  
Sie achtsam mit sich und tolerant mit Ihren Lieben*

*Mit freundlichen Grüßen  
Hans-Hermann und Ute Niemann*

**Schafgarbe:** Die Inhaltsstoffe der Schafgarbe machen sie zu einem aromatischen Bittermittel. Sie findet ihre Verwendung als Magenmittel, bei Darm- und Gallebeschwerden. Das äth. Öl der Schafgarbe enthält Azulen, welches desinfizierend, entzündungswidrig und krampfstillend wirkt. Der hohe Gehalt an Kalium regt- gemeinsam mit den anderen Wirkstoffen die Tätigkeit der Nieren an, was die Schafgarbe für Herbst- und Frühjahrskuren sehr geeignet macht.  
**Sonderaktion im August:** 40 g statt 3,50 € = **3.00 € incl. 7% MwSt**

Dieser heilkräftige Tee kann aber noch viel mehr, auch bei Unterleibsentzündungen, Menstruationsproblemen, Gebärmuttervorfall, Wechseljahresbeschwerden, Weißfluss und dem prämenstruellen Syndrom zeigt sich Frauenmanteltee hilfreich.

Einen besonderen Einfluss hat das Kraut auf Bänder und Gewebe. Ein Teeaufguss wirkt kräftigend und lindert so die Gefahr von Verrenkung, Bruch und Verstauchung. Außerdem festigt er die Beckenmuskulatur und den Beckenboden und ist auf diese Weise eine wertvolle Unterstützung bei der Rückbildung.

Darüber hinaus hilft Frauenmanteltee bei Fettleibigkeit, Blutarmut, Schilddrüsenerkrankungen, Arteriosklerose, Diabetes und Migräne. Auch bei Durchfall und verdorbenem Magen wird er getrunken und hat einen positiven Einfluss auf Erkältungskrankheiten.

Außerdem soll Frauenmantel blutverdünnend und blutreinigend wirken, weshalb er zur Behandlung von Krampfandern empfohlen wird.