

Newsletter August 2019

Treffpunkt Mediation und Kommunikation, Gesundheitsberatung und Bücherstübchen

Ute Niemann, Syker Str. 25A, 28844 Weyhe, Telefon: 0421/804587, WhatsApp: 0160/94742073

Mail: info@derneueweg-bs.de, web: www.derneueweg-bs.de

Termine:

Ab August starten die Kurse zur Empathischen Kommunikation

Folgende Themen sind geplant: alte, blockierende Kommunikationsmuster erkennen, Bedürfnisse von Strategien trennen, wie löse ich Konflikte? Die Kraft der Sprache nutzen...

Kosten pro Kurs (4 Termine á 22,00 €) = 88,00 € incl. 19% MwSt

Terminübersicht:

Montag, 19.30 Uhr	12.8.	16.9.	14.10.	11.11.
Mittwoch, 9.30 Uhr	21.8.	18.9.	16.10.	13.11.
Mittwoch, 19.30 Uhr	14.8.	11.9.	16.10.	20.11.
Donnerstag, 19.30 Uhr	22.8.	26.9.	17.10.	21.11.

(Achtung, der Donnerstag-Termin ist wieder neu im Programm!!! Wer neu ist oder die empathische Kommunikation kennenlernen möchte, ist in diesem Kurs genau richtig.

Auch in den anderen Kursen sind neue Teilnehmer und Teilnehmerinnen herzlich willkommen!!!)

5-Elemente-Küche:

Jede Jahreszeit hat ihre zugeordneten Elemente:

Der Herbst beispielsweise wird dem Element Metall, der Geschmacksrichtung scharf und den Organen Lunge und Dickdarm zugeordnet, zusätzlich sind auch Emotionen wie Trauer, Abschied und Loslassen ein Thema, das wir uns im Herbst anschauen dürfen.

Wie wir uns genussvoll und mit Gelassenheit und Wohlbefinden durch die herbstlich, feuchte, kühle Jahreszeit bewegen können (mit Ernährung, Akupressur, Selbstmassagen....) werde ich für euch recherchieren, sammeln und zusammenfassen. Rezepte, Anregungen und viel Leichtigkeit sind garantiert.

Termine: (die Termine sind einzeln zu buchen!)

Donnerstags 19.00 bis ca. 20.30 Uhr incl. Abendessen!!!

15.08. 12.09. 10.10. 07.11.

Preis pro Abend: 17,50 € incl. 19% MwSt

HIGHLIGHT- MIT KRÄUTERN UND GEWÜRZEN FIT DURCH HERBST UND WINTER

Donnerstag, 21.08. 19 Beginn 19.00 Uhr

Wir werden so reich beschenkt durch die Kräuter und Gewürze, die die Natur uns zur Verfügung stellt.

Wie wunderbar sie wirken, was sie für unser Wohlbefinden tun, welche Kräfte in ihnen zu finden sind, wie sie weise und hilfreich unterstützen....

Wussten Sie zum Beispiel, dass es Kräuter gibt, deren Einnahme, die Mineralstoffaufnahme unserer Nahrungsmittel verbessert und vervielfacht?

Es ist einfach grandios, welche vielfältigen Geschenke in diesen kleinen Pflanzen für uns enthalten sind.

Seit nunmehr über 20 Jahren beschäftige ich mich mit dem Nutzen von Kräutern und Gewürzen und bin immer wieder begeistert und glücklich, was es immer wieder neu zu erfahren gibt.

Lassen Sie sich überraschen und erfreuen durch die Impulse und Informationen, die ich Ihnen zusammenstelle.

Damit Sie auch die einzelnen Pflanzen anschauen können, werden wir nach dem Vortrag zu „Uli's Kräuteroase“ gehen, um dort vor Ort die Kräuter zu betrachten.

Uli wird uns dann noch mit kleinen Kostproben verwöhnen, so dass alle Sinne von diesem Abend profitieren.

Kosten: 15.00 € incl. kleinem Imbiss und 19% MwSt

Bitte melden Sie sich schnell an, die Plätze sind begrenzt.

Workshop „Veränderungen“

Das Leben ist Wandel. Nichts bleibt wie es ist- alles ist fortwährend in Bewegung.

Manchmal merken wir jedoch, dass wir in Bereichen unseres Daseins „festgefahren“ sind.

Warum ist das so? Was hindert uns, neue Wege zu gehen? Sehen wir eventuell nicht, was zu tun ist?

Dieses und noch viele weitere Fragen möchte ich mit euch in diesem Workshop anschauen.

Wir werden so arbeiten, dass jeder Teilnehmer, jede Teilnehmerin ihr eigenes Projekt startet, mit individuellen Handlungen, mit Austausch und vielen Möglichkeiten, zu testen und zu erfahren.

Da dieser Kurs ein Arbeitskurs ist, habe ich ihn von den Kursen der Empathischen Kommunikation getrennt.

Manche Einstellungen ändern sich in inneren Prozessen und manche Erweiterungen unseres Lebens brauchen konkrete Handlungen.

In diesem Workshop steht das Tun im Vordergrund.

Ich freue mich auf euch, lasst uns in Bewegung kommen.

Termine:

Mittwochs ab 19.00 Uhr:

28.08. 25.09. 30.10. 27.11.

Dieser Kurs ist nur komplett zu buchen, da jeder Abend auf den anderen aufbaut.

Bei Buchung vor dem 10.08. zahlst du nur 80,00 € statt 88,00 €.

1. „Die Organuhr- leicht erklärt“ von Lothar Ursinus, Preis: 9,95 € incl. 7% MwSt

Inhalt: »Alles zu seiner Zeit« – das gilt auch für unseren Körper, dessen Funktionen einer inneren Uhr folgen. Jedes Organsystem hat feste Zeiten, zu denen es besonders aktiv bzw. in Ruhe ist. Achten wir darauf, wird sich das positiv auf unsere Gesundheit auswirken. Treten Beschwerden wiederholt zu einer bestimmten Uhrzeit auf, können sie ein Hinweis auf Störungen eines bestimmten Organs sein. **Lothar Ursinus** ist seit über 30 Jahren einer der führenden Experten unter den Heilpraktikern Deutschlands. Auf gewohnt eingängige Weise schildert er, was wir über das Phänomen »Organuhr« wissen müssen, wie unser Körper »tickt«. Wenn wir die Wechselwirkungen der verschiedenen Organsysteme verstehen und wieder mehr auf unseren Körper hören, fällt es uns leicht, unseren Organen etwas Gutes zu tun. Hierzu gibt der Autor viele Tipps für den Alltag.

2. OUPS Malbuch mit Werte-Alphabet, Preis: 5,70 € incl. 7% MwSt

Inhalt: für alle Schulanfänger und Kindergartenkinder. Falls Sie als Pate oder als Tante.... Noch ein liebenswertes Geschenk für die Schultüte oder aus anderem Anlass für ihren kleinen Schatz suchen, sind sie mit diesem bezauberndem Büchlein garantiert auf der richtigen Spur. Von A-bis Z werden wichtige Werte wie freundlichen, geduldig.... Vermittelt. Die Zeichnungen können ausgemalt und der jeweilige Anfangsbuchstabe kann unten auf der Seite nachgeschrieben werden.

3. Kartenset Bildimpulse maxi – „Veränderung“ Fotokarten für Inspiration und Coaching , für Selbstcoaching und interaktives Training. Preis: 9,60€ incl. 19% MwSt

Inhalt: für Veränderungen braucht es Impulse. Die Karten im maxi-Format helfen, die Bereitschaft für Veränderungen zu wecken und die zugehörigen Prozesse anzustoßen- in Workshops zum Change-Management, bei Prozessoptimierungen und immer dann, wenn Dinge im Fluss sind. Ein ideales Tool für Trainer, Coaches und Menschen, die sich verändern möchten.

4. Tada!!! Er ist wieder da:

Der Lebensfreude-Kalender 2020

**Erhältlich als Wochenkalender für 8,80 € incl. 19% MwSt
und als Tischkalender für 10,00 € incl. 19% MwSt**

Bestellungen nehme ich ab jetzt gerne entgegen.

Schreibt mir einfach, wieviel Kalender ihr braucht und wann ihr sie ca. abholen möchtet.

Es ist noch Zeit- ich weiß- doch einige Kunden verschenken dieses Kleinod schon zu Geburtstagen in diesen Tagen.

5. „Augenblick 2020“ von Bianka Bleier, Preis: 9,95 € incl. 7% MwSt

Inhalt: dieser Taschenkalender ist ein Geheimtipp einer Freundin, die ihn mittlerweile schon zum 7.ten Mal bestellt hat. Sie findet ihn bezaubernd. Schaut doch mal hinein, vielleicht seid ihr auch begeistert.

Natürlich gibt es noch viele großartige Kalender!

In den nächsten Wochen und Monaten werde ich immer wieder neue Kalender vorstellen und beschreiben.

Falls ihr besondere Wünsche habt, meldet euch gerne bei mir.

Duftangebote August 2019

1. **„Frauenwohl“ BIO Hitzewallungsspray von Primavera Life, 50 ml - Preis statt 12,90= 12,00 € incl. 19% MwSt**
Das pflegende Körperspray erfrischt und wirkt ausgleichend. Wertvolle Bio-Pflanzenwässer verwöhnen Haut und Sinne. Der frisch blumige Duft aus 100% naturreinen ätherischen Ölen mildert aufkommende Hitzegefühle und wirkt stimmungsaufhellend.
Das ätherische **Öl des Muskatellersalbeis** wirkt ganzheitlich entspannend und ist in der Aromatherapie als Frauenöl bekannt.
Aufsprühen und in Balance bleiben!
2. **Clean Air BIO- von Primavera Life: Wohltuend und kühlend nach den heißen Tagen, Preis: 30 ml statt 5,90 € = 5,00 € incl. 19% MwSt, Inhalt: Myrte, Zitronengras, Zitrone**
3. **„Schlaf-Wohl-Kissenspray BIO“ von Primavera life, beruhigend und entspannend Preis: 30 ml statt 8,90 € = 8,00 € incl. 19% MwSt Inhalt: Lavendel fein, Vanilleextrakt, Neroli**

Neue Teekreationen von Sonnentor:

1. **Aufblühen- 18 x 1,5 Tbt. BIO, Preis: 3,90 € incl. 7% MwSt**
Zutaten: Holunderblüten, Anis, Rosenblüten, Hagebutten, Kamille, rote Rüben, Echinacea, Ingwer, Lavendel, Kornblumen, Schlüsselblumen, Sonnenblumenblütenblätter.
Diese wohlschmeckende Teemischung überzeugt mit ihrer Frische und lockt zum Eintauchen ins sanfte Blütenmeer. Passt wunderbar zu fruchtigen Desserts mit Joghurt und Quark und einfach mal zum Entspannen und Träumen.
2. **„Starker Wille“ Element Feuer Bio-Kräuter - Gewürzmischung, Preis: 18 x 1,5 Tbt. 3,50 € incl. 7% MwSt**
Zutaten: Grüner Hafer, Brombeerblätter, Ingwer, Brennnessel, Fenchel, Galgant, Griechischer Bergtee
Strahlend bernsteinfarben belebt der Tee mit einer süß-würzigen Note und stärkt deinen Willen.
Hildegard von Bingen befasste sich mit der Wirkung der Naturheilmittel und ordnete sie den 4 Elementen Feuer, Wasser, Luft und Erde zu.
3. **„Kopf hoch“ Bio –Kräutertee lose, Preis: 50 g 4,50 € incl. 7% MwSt**
Zutaten: Griechischer Bergtee, Hanfblätter, Lavendel, Thymian
Aus allen Wolken gefallen? Dann heißt es aufstehen, Tee trinken und weitergehen! Kein Problem mit dieser heiteren Kräuterteemischung. Zitronig-würzige Noten lassen die Sonne für dich scheinen.
4. **„Blütenmischung“ BIO lose Preis: 50 g 4,50 € incl. 7% MwSt**
Zutaten: Apfelminze, Himbeerblätter, Ringelblumen, Sonnenblumenblätter, Sonnenblumenblütenblätter, Dost, Kamille, Kornblumen, Fiederblüten, Rosenblüten
Der blumige Geschmack dieser Mischung wird dich mindestens genauso begeistern wie ihre Farbenpracht. Mit Apfelminze und Himbeerblättern ein toller Ganztagstee.

Kommt alle behütet durch die restliche Sommerzeit´.

Ich freue mich auf ein Wiedersehen.

P.S. unser Urlaub findet erst vom 18.10. bis zum 25.10.19 statt

Mit sonnigen Grüßen

Hans-Hermann und Ute Niemann