

Newsletter Juni 2019

Treffpunkt Mediation und Kommunikation, Gesundheitsberatung und Bücherstübchen,  
Ute Niemann, Syker Str. 25A, 28844 Weyhe, Telefon: 0421/804587 Mobil: 0160/94742073  
Mail: [info@derneueweg-bs.de](mailto:info@derneueweg-bs.de), web: [www.derneueweg-bs.de](http://www.derneueweg-bs.de)

Buchvorstellungen:

1. **„Klug ist jeder. Der eine vorher, der andere nachher.“ Von Nossrat Peseschkian, Preis: 10,00 € incl. 7% MwSt**  
**Inhalt:** Man lernt aus Erfahrung- und wird daraus klüger. Manche Erfahrungen muss man jedoch gar nicht selber machen, um aus ihnen zu lernen. Nossrat Peseschkian zeigt mit den Weisheitsgeschichten in diesem Buch auf leichte und heitere Weise, wie man den alltäglichen Fallstricken des Lebens entgeht. Denn in sehr vielen Dingen ist man bereits klug, man muss es nur erkennen.
2. **„Herzenhopsen“ –Kartenset, Wunderfünkchen für jeden Tag von Martina Trimpin, Preis: 14,95 € incl. 7% MwSt**  
**Inhalt:** Diese bezaubernden Karten sind fröhliche Gute-Laune-Botschafter für jede Situation und für jeden Tag. Sie bringen Spaß und Freude. Und sie sind zudem auch eine großartige Geschenkidee.
3. **„Visualisierte Atem-Meditation von Steffen Ulrich Keim, Preis: 9,95 € incl. 7% MwSt**  
**Inhalt:** Mit Fantasie-Kurzurlauben zu Entspannung, Gleichgewicht und Wohlbefinden gelangen.
4. **„Baum-Öle“ Kraft und Entspannung mit natürlichen Duftessenzen der Bäume von Karin Opitz-Kreher, Preis: 9.95 € incl. 7% MwSt**  
**Inhalt:** viele alltagstaugliche Rezepte für unser Wohlbefinden, für eine klare Raumluft und sogar die Wirkungen der Schwermetallbelastungen lassen sich mit ätherischen Baumöle reduzieren. Für Laien ist dieses Buch bestens geeignet.
5. **„Die Öl-Zieh-Kur“ Heilung durch Entgiftung von Katharina Wolfram, Preis: 9,95 € incl. 7% MwSt**  
**Inhalt:** Den Mund mit Pflanzenöl ausspülen- ausspucken- fertig. So einfach ist die Ölzieh-Kur. Sie werden sich fragen, weshalb brauche ich dann dieses Buch?  
Katharina Wolfram hat für uns noch viele Informationen in diesem Buch zusammengefasst, so dass es doch Sinn macht, sich zu informieren.
6. **„Pussy Yoga“ 365 Beckenbodenübungen für jeden Tag, von Coco Berlin, Preis: 12,99 € incl. 7% MwSt, Spiralaufsteller**  
**Inhalt:** Dieser Tischaufsteller hilft mit 365 Übungen Tag für Tag den Beckenboden wieder zu aktivieren und nachhaltig zu stärken. Egal ob am Schreibtisch oder in der Küche, es gibt keinen falschen Ort, um seinen Beckenboden zu trainieren- und ein trainierter Beckenboden ist ein Kraftort für unser Wohlbefinden.

**Zur Unterstützung unseres Wohlbefindens:**

**1. Moringa 100% Blattpulver aus frischen grünen Blättern- fein gemahlen**

**Kontrollierte Rohkostqualität 150g 19,90 € incl. 7% MwSt**

**Anwendung:** ½ Teelöffel tgl. in Getränken, Obst-Smoothies, Joghurt, Quark, Dressings, Suppen, Soßen oder Gebäck. Moringa ist eine Pflanze mit vielen Antioxidantien und einer Vielzahl von Mineralstoffen. Es wird zur Stärkung des Wohlbefindens empfohlen, bei Immunschwäche, zur Förderung einer guten Verdauung und zur Regulierung von Heißhunger.

**2. Brennnesselpulver Bio von Wellnessel, 100 g 8,50 € incl. 7% MwSt**

**Anwendung:** ½ TL pro Tag in Getränke, Smoothies oder als Tee. Brennnessel ist für mich ein „Wunderkraut“ Die vielen Inhaltsstoffe: Calcium, Kalium, Eisen, Vit. C, Quercetin und Betacarotin stärken das Immunsystem. Für einen guten Haarwuchs, feste Nägel und eine gut durchblutete Haut ist Brennnessel auch sichtbar eine großartige Unterstützung.

**3. Wer nicht immer Tee trinken mag:**

**Hopfenextrakt für starke Nerven:** 90 Kapseln á 13,90 € incl. 19% MwSt

**Lavendelöl für einen geruhsamen Schlaf:** 90 Kapseln á 12,90 € incl. 19% MwSt

**Genussvolle Sommerküche:**

**1. Würzöl Thymian-Salbei 100 ml 4,50 € incl. 7% MwSt**

Für dieses Würzöl wird ungeschälte Rapssaat mit Thymian und Salbei mühlenfrisch kalt gepresst. Mit seiner warm-würzigen Kräuternote eignet es sich ideal für Gerichte aus der griechischen, italienischen und französischen Küche. Mit Fisch, Lamm, zum Marinieren von Schafskäse, beträufeln von Hirtensalat oder Baguette.

**2. MangoChutney Bio von cosmoveda für Curries, Salate, Snacks 225 g: 2,99 € incl. 7% MwSt-**

**Zutaten:** Mango, Rohrohrzucker, Fruchtesig, Limettensaft, Passionsfruchtsaft, Ayurveda-Steinsalz, Chili, Ingwer, Piment, Nelken, Zimt, Pektin

**3. „Marmellata di limoni Bio von LaSelva (Zitronen-Marmelade) 220 g : 3,00 € incl. 7% MwSt**

Als Brotaufstrich, in Salatsoßen, in Gemüsegerichten, Gebäck und Desserts.

Zusätzlich habe ich noch eine Vielzahl an Gewürzmischungen im Angebot, die alle wunderbar unsere frischen Gemüsegerichte noch genussvoller machen.

Durch meine flexiblen Öffnungszeiten könnt ihr kommen, wann es euch am besten passt. Ich freue mich auf euch.

***Mit herzlichen Grüßen***

***auch von meinem lieben Mann:***

***Hans-Hermann und Ute Niemann***