

Newsletter September 2021

Treffpunkt Kommunikation und Mediation mit Herz, Bücherstübchen und Gesundheitsberatung

Ute Niemann, Syker Str. 25A, 28844 Weyhe, Telefon: 0421/804587 Mobil: 0151/41614802

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

Termine:

Kurs 5-Elemente-Küche: Donnerstag, 09.09.2021 Beginn 19.00 Uhr

Empathische Kommunikation:

Montag Beginn 19.30 Uhr 20.09.2021

Mittwoch Beginn 9.30 Uhr 22.09.2021

Mittwoch Beginn 19.30 Uhr 22.09.2021

Montag Zoom-Meeting Beginn 19.30 Uhr: 27.09.2021

Kurs Veränderungen: Mittwoch, 29.09.2021 Beginn 19.00 Uhr

Buch- und Kalendervorstellungen:

1. **„Dankbarkeit macht glücklich“ Das Dankbarkeits-Tagebuch mit Herzensbotschaften und Geschichten von OUPS, Preis: 15.99 € incl. 7% MwSt**

Inhalt: „Es tut der Seele gut, für das Schöne im Leben dankbar zu sein.“

Dankbarkeit ist ein Ausdruck der Liebe. Je dankbarer wir sind, umso mehr Liebe tragen wir in die Welt.

Wenn du dir selbst mehr Freude, innere Zufriedenheit und Selbstliebe schenken möchtest, dann nimm dir täglich ein paar Minuten Zeit mit diesem Dankbarkeits-Tagebuch zu arbeiten.

2. **OUPS-Kärtchen-Boxen mit den Themen: Seelentröster, Lob-Kärtchen, Mut-Macher-Kärtchen und Komplimente-Kärtchen, je Box mit 24 Spruchkärtchen, Preis: 5,95€ incl. 19% MwSt**

3. **„Familienplaner 2022 von OUPS mit liebenswerten Gedanken vom kleinen Herzensbotschafter OUPS, Preis: 12.99 € incl. 18% MwSt**

4. **„Wandkalender 2022“ von OUPS- mit Freude und Zuversicht durchs neue Jahr Preis: 15.99 € incl. 19% MwSt**

Zusätzlich sind diverse Mondkalender, der Lebensfreude-Kalender, Familienkalender von Jesper Juul und der Tageskalender vom Diogenes Verlag im Sortiment vorhanden.

Am besten, ihr schaut einfach mal rein und blättert in den Kalendern, um euch ein Bild zu machen. Sie sind immer noch begehrte Geschenke und erfreuen uns das ganze Jahr. Natürlich kann ich euch auch Kalender eurer Wahl bestellen. Die Kalendersaison beginnt ja erst. Und den Adventskalender „Der andere Advent“ steht auch schon auf meiner Bestell-Liste.

5. Buchstaben und Zahlen lernen mit Herzensbotschaften von OUPS, Kartenset

Preis: 19.90 € incl. 7% MwSt

Inhalt: Mit diesen liebevoll gestalteten Oups-Karten macht das Lernen von Buchstaben und Zahlen den Kindern richtig Spaß- und wie wir wissen, bringt Freude am Lernen raschen Erfolg. Doch nicht nur über den spielerischen Lernerfolg dürfen sich Kinder, Eltern und Pädagoginnen freuen.

Jede Karte enthält zugleich eine Herzensbotschaft von Oups, mit der den Kindern auf liebenswerte Weise positive Werte für ein achtsames und friedvolles Miteinander vermittelt werden. So können die Karten auch dann noch verwendet werden, wenn die Kinder das Lesen lernen. Davon werden die kurzen Texte von den Eltern, Geschwistern oder Pädagoginnen vorgelesen.

Ideal für Kinder in Vorschulklassen und für Schulanfängerinnen Grundschule

Inhalt: 54 Karten mit zauberhaften Bildern komplettes Alphabet, Umlaute, Doppellaute, Buchstabenkombinationen und Zahlen

6. „Was schenken wir unseren Kindern?“ eine Entscheidungshilfe von Gerald Hüther und André Stern, Preis: 10.00 € incl. 7% MwSt

Inhalt: Welche Geschenke brauchen unsere Kinder? Die bekannten Entwicklungsforscher und Bildungsexperten Gerald Hüther und André Stern rufen zum Umdenken auf.

Die meisten Geschenke sind fragwürdige Verführungen. Sie rauben Kindern die Kraft, ihre Begabungen zu entfalten und ihr Leben selbständig und eigenverantwortlich zu gestalten.

Um zu lernen, wie das Leben geht, brauchen Kinder vor allem uns, nicht unsere Geschenke.

7. „Rettet das Spiel“ Weil Leben mehr als funktionieren ist, von Gerald Hüther und Christoph Quarch, Preis: 10.00 € incl. 7% MwSt

Inhalt: Warum unser Gehirn zur Hochform aufläuft, sobald wir es spielerisch nutzen!

8. „Würde“ – Was uns stark macht- als Einzelne und als Gesellschaft von Gerald Hüther, Preis: 14.00 € incl. 7% MwSt

Inhalt: Wir alle wollen in Würde sterben, aber sollten wir nicht erst einmal in Würde leben? „Unsere Würde zu entdecken, also das zutiefst Menschliche in uns, ist die zentrale Aufgabe im 21. Jahrhundert“, sagt der Neurobiologe Gerald Hüther. Ohne diesen inneren Kompass laufen wir in einer zunehmend komplexer werdenden und von ökonomischen Kriterien bestimmten Welt Gefahr, die Orientierung zu verlieren. In diesem sehr persönlichen Buch zeigt Gerald Hützer, wie wir unsere Würde zurückgewinnen.

9. „Mit Freude lernen“ von Gerald Hüther, Preis: 15.00 € incl. 7% MwSt

Inhalt: Weshalb wollen die meisten Kinder spätestens nach der ersten Klasse vom Lernen nichts mehr wissen? Weshalb nutzen Schüler, die als Baby so lustvoll die Welt erkunden begonnen hatten, ihre Kreativität in Schulen und Universitäten nur noch, um dem Lernen zu entfliehen oder zumindest um möglichst schnell fertig zu werden? Weshalb empfindet kaum ein Erwachsener das Lernen noch als Bereicherung des eigenen Lebens und als zutiefst lustvoll und beglückend?

Gerald Hüthers Antwort: Weil unser Verständnis von „Lernen“ nur noch historisch zu begründen ist und angesichts unseres heutigen Erkenntnisstandes in die Mülltonne gehört. Wir haben das Lernen in den engen Rahmen einzwängen lassen, der uns von den

Wissensvermittlern aus den speziell zu diesem Zweck geschaffenen Einrichtungen vorgegeben wurde. Wie konnten wir vergessen, das Lernen für uns Menschen lebensnotwendig ist? Und dass wir nicht die einzigen lernfähigen Lebewesen sind? Aber aus Fehlern können wir ja lernen. Lernen heißt nichts weniger, als lebendig zu bleiben. Und wer seine Lust am Lernen verliert, hat damit auch seine Lust am Leben verloren.

10. „Wege aus der Angst- Über die Kunst, die Unvorhersehbarkeit des Lebens anzunehmen“ von Gerald Hüther, Preis: 15.00 € incl. 7% MwSt

Inhalt: mit seiner langjährigen Erfahrung auf dem Gebiet der Angstforschung geht der Neurobiologe Gerald Hüther der Frage nach, wie sich die unser Leben schützende Funktion der Angst mit unserer Sehnsucht nach einem angstfreien Leben vereinbaren lässt. Seine überraschende Antwort: Menschen können lernen, berechtigte Ängste zu ignorieren, sie gar durch vordergründig ausgelöste und besser kontrollierbare Ängste zu überlagern. Um bestimmte Ziele zu erreichen, sind wir Menschen in der Lage, Angst sowohl zu unterdrücken wie auch zu verstärken- nicht nur bei uns selbst, sondern noch viel wirkmächtiger bei anderen. Diese Instrumentalisierung der Angst macht Menschen anhängig und manipulierbar, beraubt sie ihrer Freiheit. Entsprechend geht es Hüther auch darum, was wir tun können, um nicht zu Getriebenen der von anderen oder Interessengruppen geschürten Ängste zu werden.

11. „Lieblosigkeit macht krank- Was unsere Selbstheilungskräfte stärkt und wie wir endlich gesünder und glücklicher werden“ von Gerald Hüther, Preis: 18.00 € incl. 7% MwSt

Inhalt: Es ist nie zu spät, um gesund zu werden. Die Fortschritte der Medizin sind beeindruckend- und dennoch leiden viele von uns an- „Leib und Seele“. Wie kann das sein? Weil jede Heilung, auch wenn sie von der modernen Medizin unterstützt wird, immer ein Selbstheilungsprozess des Körpers ist. Anhand der Funktionsweise des Gehirns zeigt der Neurobiologe Gerald Hüther, wie ein liebloser Umgang mit sich selbst unsere Abwehr- und Selbstheilungskräfte unterdrückt. Da sich Lieblosigkeit in unserer von ökonomischen Zwängen beherrschten, globalisierten und digitalisierten Welt zunehmend ausbreitet, werden immer mehr Menschen nicht nur seelisch, sondern auch körperlich krank. Gerald Hüther schlägt einen ebenso wirksamen wie leicht begehbaren Weg vor, den jede und jeder Einzelne ab sofort beschreiten kann, um aus dieser Verirrung herauszufinden. Denn das Lieblosigkeit krank macht, ist keine These, sondern eine naturwissenschaftlich begründbare und medizinisch nachprüfbare Tatsache.

Tee-Angebote September:

Hanftee der Firma DarumBio aus dem Wendland:

1. Hanftee Mango 30 g statt 3,95 € = 3.00 € incl. 7% MwSt
2. Hanftee mit Melisse und Minze 30 g statt 4,50 = 4.00 € incl. 7% MwSt
3. Hanftee original 30 g statt 3,95 = 3.00 € incl. 7% MwSt
4. Hanftee Pina colada mit Ananas und Kokos 30 g statt 3,95 € = 3.00 € incl. 7% MwSt

Sonstiges:

Bio Propolis Tropfen 30 ml statt 9,90 € = 9.00 € incl. 7% MwSt

Einschlafspray mit Melatonin von der Firma Unimedica 30 ml 16.50 € incl. 7% MwSt

Melatonin Einschlaf-Tabletten 1 mg von der Firma Unimedica 120 Tabl. 16.50 € incl. 7% MwSt

Empfohlen wird Melatonin bei:

- Neuropsychiatrischen Erkrankungen wie Depressionen , Parkinson, Alzheimer, Epilepsie, ADHS, Schizophrenie
- Kopfschmerzen, Migräne
- Chronische Schmerzen, Fibromyalgie
- Augenerkrankungen wie Makuladegeneration, grüner Star
- Herz-Kreislauf-Erkrankungen wie Bluthochdruck, Arteriosklerose, Herzinfarkt, Schlaganfall
- Erkrankungen des Verdauungssystems wie Reflux, Reizdarm, Colitis ulcerosa, Morbus Crohn
- Diabetes
- Haarausfall, graue Haare
- Begleitend bei Krebserkrankungen
- Melatonin soll bei Kinderwunsch helfen und die fötale Entwicklung fördern
- Melatonin soll zudem einen Anti-Aging-Effekt haben

zum Thema Melatonin steht in der Natur und Heilen ein ausführlicher Artikel. Wer Interesse hat, kann sich gerne eine Kopie davon bei mir bestellen.

Stein des Monats September: Landschaftsjaspis
Beschreibung lt. Das Große Lexikon der Heilsteine, Düfte und Kräuter

Dem Landschaftsjaspis wird in der Edelsteinheilkunden eine stärkende Wirkung auf die inneren Organe Leber, Milz, Nieren und Galle zugeordnet. Er soll den Stoffwechsel fördern und ebenso Haut und Schleimhaut schützen. Manche empfehlen ihn auf der Haut zu tragen oder in Wasser zu legen, um damit Hände und Nägel zu betupfen.

Auf unsere Psyche soll er inspirierend wirken und dem Träger mehr Lebensfreude und Wohlbefinden schenken.

Wer einmal einen Landschaftsjaspis anschaut, wird sich an der wunderschönen Zeichnung dieses Steines erfreuen.

Preis: ./.. 50% Rabatt auf alle Steine (Trommelstein, Linsenstein, Kugel, Donut) incl. 19% MwSt

Duft des Monats September:

1. **Frauenwohl-Spray Bio von Primavera life:** 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 stimmungsaufhellend.
50 ml statt 12.90 € = 12.00 € incl. 19% MwSt
2. **In Balance-Spray Bio von Primavera life:** Sich selbst Achtsamkeit schenken, in sich hineinhören, das Innerste ins Gleichgewicht bringen und Harmonie mit anderen erleben. Dafür haben wir das Raumspray „In Balance“ komponiert. Rose und Orange sind eine sinnliche Mischung- blumig und weich. Eine wundervolle Möglichkeit, sich selbst Gutes zu tun. Der blumig-weiche Duft wirkt ausgleichend und bringt Harmonie und Zufriedenheit in unser Zuhause.
3. **„Frische-Luft-Duftmischung“ Bio von Primavera lfe:** Lust auf frische Luft? Klar und belebend? Pfefferminze, Zitrone und Myrte sind echte Frischluft-Klassiker und zusammen eine starke Mischung. Sie sorgen auch Drinnen für ein herrliches Draußen-Gefühl, neutralisieren Gerüche und reinigen das Raumklima. Schnell und einfach pure Natur ins Haus holen und frei durchatmen. Der angenehme herbe Duft wirkt klärend und erfrischt das Zuhause. **Auch ideal als Zugabe zum Putzwasser“**
5 ml Duftmischung statt 8,90 € = 8.00 € incl. 19% MwSt
50 ml Raumspray statt 12.90 € = 12.00 € incl. 19% MwSt
4. **Nasya-Öl – ayurvedisches Nasenöl zur Befeuchtung der Nasenschleimhäute und zum Schutz gegen Viren, Bakterie & Co.**
Inhalt 12 ml Preis: 7,50 € incl. 19 % MwSt

Da die Herbstzeit auch die Zeit für Lunge und Dickdarm ist, können in dieser Zeit Kuren hilfreich sein, die diese Organe stärken:

Mit Kräutern, Tinkturen, Vitalpilzen usw.

Ich berate Sie/euch gerne. Ruft mich an oder schreibt eine Nachricht per WhatsApp oder per Mail.

Auch die Kurse der 5-Elemente-Küche sind auf diese Thematik zugeschnitten. Bereits am 9. September findet das nächste Treffen statt.

Mein Mann und ich wünschen euch allen eine gute und erfreuliche Herbstzeit

Mit freundlichen Grüßen

Hans-Hermann und Ute Niemann