

Treffpunkt Mediation und Kommunikation, Gesundheitsberatung und Bücherstübchen Ute Niemann, Syker Str. 25A, 28844 Weyhe, Telefon: 0421/804587, Mobil: 0151/41614802, Mail: [info@derneueweg-bs.de](mailto:info@derneueweg-bs.de), web: [www.derneueweg-bs.de](http://www.derneueweg-bs.de)

## Newsletter Juni 2023

### Urlaub: 30. Mai bis 6. Juni 2023

#### **Vorstellung Vitalpilz *Auricularia polytricha* (Quelle Therapeuteninfo von MycoTroph)**

Der *Auricularia* verbessert die Fließeigenschaften des Blutes. Er vermag die Bildung von Blutgerinnseln zu verhindern und fördert die Durchblutung. Er kann daher als natürliche Alternative zu Blutverdünnern eingesetzt werden. Thrombosen können verhindert und möglicherweise einem Herzinfarkt oder Schlaganfall vorgebeugt werden. Dies ist vor allem bei bereits bestehender Arteriosklerose von Bedeutung. Der *Auricularia* ist begleitend einzusetzen bei Bluthochdruck, erhöhten Cholesterinwerten aber auch um die trockenen Schleimhäute nach einer Krebsbehandlung wieder zu befeuchten.

Der *Auricularia* beugt auch der so genannten „Schaufensterkrankheit“ vor. Bei diesem Leiden kommt es infolge mangelnder Durchblutung bei Belastung zu starken Schmerzen in den Beinen, vor allem beim Gehen. Hier stärkt der *Auricularia* die Gefäße und fördert ihre Durchblutung. Auch hat er eine Beziehung zu den Augen und unterstützt bei Augenproblemen, da er auch dort die Durchblutung fördert. Der große Vorteil des *Auriculatia* ist, dass er das Kollagen der Adern nicht angreift und somit die Gefahr von inneren Blutungen gebannt ist. Auch bei Krampfaderleiden ist der *Auricularia* sehr zu empfehlen.

Die Regulation der Durchblutung durch den *Auricularia* wirkt sich auch positiv bei Migräne und Tinnitus aus. Durch seine sehr gute Wirkung auf die Fließeigenschaft des Blutes kann er auch Blutausscheidungen im Harn, blutende Hämorrhoiden sowie Uterusblutungen verhindern. Der *Auricularia* stärkt die Schleimhäute durch seine befeuchtende und entzündungshemmende Wirkung. Somit ist er hilfreich bei trockenem Husten, Hals-Nasen-Ohren – Erkrankungen sowie Blasenentzündungen und Verstopfung.

Achtung: wegen seiner Blutverdünnenden Wirkung darf er nicht genommen werden, wenn bereits Medikamente für die Blutverdünnung genommen werden. Außerdem wird empfohlen, vor einer OP drei Tage vorher die Einnahme auszusetzen.

**Buchvorstellungen:**

1. **„10 Kräuter gegen 100 Krankheiten“ von Dr. med. Franziska Rubin, Preis: 18.00 € incl. 7% MwSt**  
**Inhalt:** Küchenkräuter verfeinern nicht nur jedes Gericht, sie stecken auch voller heilsamer Wirkstoffe, die Sie ganz einfach nutzen können. Thymian etwa ist gut für die Lunge, und Rosmarin wirkt niedrigen Blutdruck entgegen. Dr. Franziska Rubin zeigt, wie die beliebtesten 10 Kräuter gegen 100 Krankheiten helfen und erläutert ihre medizinische Wirkung.
2. **„Ein Jahr voller guter Nachrichten“ von Martin Smatana, Preis: 12.00 € incl. 7% MwSt**  
**Inhalt: Es gibt sie noch, die guten Nachrichten!**  
Für alle, die das Gefühl haben, in den letzten Jahren mehr als genug schlechte Nachrichten gehört zu haben:  
Der prämierte Animationsfilmemacher Martin Smatana hat einen originellen Weg gefunden, für etwas Aufmunterung zu sorgen. Für jede Woche des Jahres hat er eine „gute Nachrichtenmeldung“ aus aller Welt ausgewählt und sie zu zauberhaften Bildern aus gebrauchten Textilien arrangiert.  
Dieses Buch mit 52 illustrierten, ausschließlich guten Nachrichten zeigt, dass das Gute allgegenwärtig ist, und zaubert wirklich jeden ein Lächeln ins Gesicht.
3. **„50 Sätze- Die das Leben leichter machen“ von Karin Kuschik, Preis: 15.00 € incl. 7% MwSt**  
**Inhalt:** Es ist schon abenteuerlich, was wir zwischen Guten Morgen und Gute Nacht rhetorisch alles erleben. Schlichte Sätze werden zu Annahmen, Vorwürfen, Unterstellungen uminterpretiert, und im Eifer des Gesprächs, kommen uns die wirklich souveränen und klärenden Sätze nicht in den Sinn. Dabei kann alles so einfach sein. „Wer mich ärgert, bestimme immer noch ich“, findet Karin Kuschik und versammelt in diesem Buch 50 wahre Lösungssätze für mehr Souveränität im Alltag- beruflich wie privat.  
Kleine Sätze mit großer Wirkung, die uns aus dem Stand beruhigen, ordentlich für Verblüffung sorgen und das Leben leichter machen.

**Als Dankeschön für 30 Jahre Bücherstübchen (1.11. 1993 – 1.11.2023) biete ich bis November jeweils Artikel mit 10 % Rabatt an:**

**Im Juni bekommt ihr jeden Tee mit 10% Rabatt!!!**

**Ayurvedische Kaffeemischung: Ein Bio-Instant-Kaffeegetränk mit Kokosmilchpulver und Gewürzen: Preis: 220 g 7,95 € incl. 7% MwSt**

**Zutaten:** Kokosmilchpulver, Rohrzucker, Kaffee, Palmyrazucker, Zimt, Kardamom, Steinsalz, Carob, Inulin, Pippali, Ashwagandha, Ingwer, Mandukaparni Chili, Gewürznelke

**Duftangebot von Primavera life: Niaouli bio 5 ml: 5,90 € incl. 19% MwSt**

Info (Praxis Aromatherapie von Monika Werner/Ruth von Braunschweig):

**Körperliche Wirkung:** antibakteriell, antiseptisch, antiviral, antimykotisch, entzündungshemmend, schmerzstillend, schleimlösend, auswurfördernd, zellregenerierend, hautschützend, hautstoffwechselanregend, bindegewebsstabilisierend, insektenabweisend (z.B. Mücken)

**Bewährte Anwendungsgebiete:**

- Stirn- und Nebenhöhlenentzündung
- Bronchitis

- Keuchhusten
- Krampfadern
- Venenentzündung
- Unterschenkelgeschwür
- Hämorrhoiden
- Mundpflege
- Mundschleimhautentzündung
- Nagelbettentzündung(vereiterung)
- Insektenabwehr
- Wundreiben/ Wundliegen
- Bestrahlungsprophylaxe und – nachsorge
- Künstlicher Darmausgang
- Pilzerkrankung (Candida- Albicans- Mykosen)
- Windpocken
- Blasenentzündung

**Psychische Wirkung:** stärkend, klärend, belebend

Keine Nebenwirkungen bekannt!

Termine: siehe Anhang

Mein Mann und ich wünsche euch allen ein schönes Pfingstfest und einen fröhlichen Juni 2023

Herzliche Grüße

Hans-Hermann und Ute Niemann