

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, web: www.derneueweg-bs.de

Öffnungszeiten: Montag: 16.00 bis 18.00 Uhr

Freitag: 10.00 bis 12.00 und 16.00 bis 18.00 Uhr

Und nach Vereinbarung per Telefon, WhatsApp....

„Wer sich aufmacht zu neuen Ufern, hat sich damit einverstanden erklärt, dass er lange Zeit nur Wasser sieht.“ (Karin Kuschik)

Buchvorstellungen:

- 1. „Achtsamkeit statt Angst und Panik“ von Peter Beer, Preis: 18.00 € incl. 7% MwSt**
Inhalt: Wer unter Panikattacken und Angststörungen leidet, fühlt sich ausgeliefert, ohnmächtig, beschämt. Peter Beer, Bestsellerautor und Achtsamkeitslehrer, kennt diese belastenden Ausnahmezustände nur zu gut: Jahreslang kämpfte er selbst gegen Herzrasen, Atemnot und Schlaflosigkeit. Bis er erkannte: Die Angst ignorieren, lässt sie nicht verschwinden. Sie dagegen liebevoll annehmen, ist der erste Schritt zur Heilung. Aus seinem erfolgreichen Weg hat Peter ein hochwirksames Anti-Angst- Achtsamkeitsprogramm entwickelt: er zeigt, wie uns gezielte Meditationen und Atemtechniken sicher durch die Angst tragen, wie wir uns tief entspannen und innere Ruhe finden. Wir kommen friedvoll im gegenwärtigen Moment an und können unsere Ängste endgültig verwandeln: in eine wertvolle Ressource für Selbstvertrauen, Wachstum und Heilung.
- 2. „Kleine Storys über große Themen“ von Karin Kuschik, Preis: 15.00 € incl. 7% MwSt**
Inhalt: Dieses Buch ist ein Schatz. 111 Kleine Storys aus dem gleichnamigen Hörbuch sind hier versammelt, angereichert mit ebenso viel zusätzlichen Impulsen. Echte Fans des 1-Bestsellers **„50 Sätze, die das Leben leichter machen“** finden beides darin: neue Erkenntnisse und auch Reminder, ohne die sie vieles womöglich vergessen hätten. Social Media –Follower können Karin Kuschiks **„One Minute Messages“** nun lesen, und auch Neueinsteiger freuen sich über 222 kompakte Lebensweisheiten, lauter leise Aha-Erlebnisse, Schmunzler und Einladungen zur Reflexion in Hochtaktung. Selbstführung, Abgrenzung, Leichtigkeit- auf den Punkt gebracht: Willkommen zu mehr Souveränität.

Kalender:

Jesper Juul Familienkalender 2024: 14.00 € incl. 19% MwSt

Mondleben 2024 von Helga Föger Wandkalender 16.00 € incl. 19% MwSt

Das Mondjahr 2024 Tagesabreißkalender Paungger/Poppe 16.00 € incl. 19% MwSt

Das Mondjahr 2024 Wochenkalender Paungger/Poppe 10,00 € incl. 19% MwSt

./ 10% Rabatt:

1. Schafgarbe Bio 50 g statt 4.00 € = 3.60 € incl. 7% MwSt

Wirkung (Quelle „Das große Buch der heilenden Pflanzen“ von Anne McIntyre):

Schafgarbe wird vorrangig für Blut- und Kreislaufbeschwerden eingesetzt. Schafgarbe ist ein hervorragendes Mittel für Wunden; die ätherischen Öle sind entzündungshemmend und antiseptisch; die Gerbsäuren wirken adstringierend und stillen Blutungen; die Harze sind ebenfalls adstringierend und antiseptisch, während Siliziumoxid die Gewebeheilung fördert. Einen Aufguß kann man gut als Vaginaldusche, für Augenspülungen und als Hautlotion bei Krampfadern und Hämorrhoiden verwenden. Schafgarbe entfaltet ihre adstringierende Wirkung im ganzen Körper; sie stillt Blutungen der Nase, des Verdauungssystem und der Gebärmutter. Sie reguliert den Menstruationszyklus und stärkt die Nerven. Schafgarbe ist ein ausgezeichnetes Heilmittel für den Verdauungstrakt; sie fördert den Appetit und verbessert Verdauung und Resorption. Aufguß stimuliert den Kreislauf und wirkt schweißtreibend. Schafgarbe senkt Fieber und reinigt den Körper von Giften, Hitze und Blutstauung, da sie die Ausscheidung über Haut und Nieren aufgrund ihrer harntreibenden Wirkung unterstützt.

2. MycoBasenpulver von MycoVital 280 g statt 39.99 € = 35.99 € incl. 7% MwSt

Zutaten: Calcium (tri-Calciumcitrat 4- Hydrat), Kalium (tri-Kaliumcitrat Monohydrat), Magnesium (tri-Magnesiumcitrat), Inulin (Chicory-Extract), Dolomit-Pulver, ABM (Agarius blazei murrill), Zink (Byglyzinat), Eisen (Eisenfumarat), Selen (Natriumselenit), Molybdän (Natriummolybdat Dihydrat), Mangan (Mangansulfat), Kupfer (Kupfer-II-citrat), Folsäure, Chrom (Picolinat).

3. „Waldspaziergang“ BIO 5 ml 8.90 € = 8.00 € incl. 19% MwSt

Zutaten: Riesentanne, Fichtennadeln, Vetiver

4. „Atme wohl“ BIO 5 ml 8.90 € = 8.00 € incl. 19% MwSt

Zutaten: Eukalyptus, Fichtennadeln

NEU NEU NEU NEU NEU:

Ab dem 1.11. 2023 startet eine neue Info-Brief-Serie mit dem Titel:

„Einfach mal innehalten“

In den Briefen gibt es Impulse, Texte, die das Herz berühren, Geschichten, kleine Meditations- und Achtsamkeitsübungen und mögliche Wege, um uns selbst zu führen, klar zu kommunizieren, die Gedanken in konstruktive Bahnen zu lenken, Sorgen und Ängste anzunehmen und dann zu transformieren u.v.m.

Wer Interesse hat, kann sich für dieses Angebot gerne schon anmelden.

Wieder werde ich wöchentlich einen Brief versenden und dafür 1.00 € pro Brief berechnen. Das sind dann wieder 52 Briefe für ein Jahr zum Preis von 52.00 € incl. 19% MwSt.

Termine von September bis Dezember 2023

Empathische Kommunikation: Kosten pro Termin 22.00 € incl. 19% MwSt

ACHTUNG: Am Freitag, 15.09.23 bleibt das Bücherstübchen wegen eines Familienausfluges geschlossen.

September:

Montag, 18.9. Beginn 19.30 Uhr

Mittwoch, 20.9. Beginn 9.30 Uhr

Mittwoch, 20.9. Beginn 19.30 Uhr

September, 14.9. Beginn 19.30 Uhr ONLINE per ZOOM

Oktober:

Montag, 9.10. Beginn 19.30 Uhr

Mittwoch, 11.10. Beginn 9.30 Uhr

Mittwoch, 11.10. Beginn 19.30 Uhr

Mittwoch, 19.10. Beginn 19.30 ONLINE per ZOOM

Urlaub vom 21.10 bis zum 29.10.

November:

Montag, 20.11. Beginn 19.30 Uhr

Mittwoch, 22.11. Beginn 9.30 Uhr

Mittwoch, 22.11. Beginn 19.30 Uhr

Donnerstag, 16.11. Beginn 19.30 ONLINE per ZOOM

Kochen und Genießen mit dem Wissen der 5 Elemente-Küche- Kosten mit Abendessen: 20.00 € incl. 19% MwSt

Jeweils Mittwochs: 30.08.

04.10.

08.11.

06.12.