

# Energetika

GESUNDHEITSMESSE ● FREUDE AM LEBEN

## *SCHLANDERS* *im Vinschgau*

\* LEBENSFREUDE - GLÜCK und ERFOLG



**EINTRITT  
FREI**



**15. - 17. September** <sup>23</sup>

*viele Aussteller und viele Vorträge!*

Schön,  
dass  
**WIR**  
uns  
wiedersehen !



# ENERGETIKA

## GESUNDHEITSMESSE

Messe Vorträge Workshops

# SCHLANDERS

39028 Schlanders Göflaner Str. 27b

Kulturhaus  
Karl Schönherr



# 15. - 17. Sept.

<u>Offen von</u>	15. Sept. 14.00 - 19.00 Uhr
	16. Sept. 10.00 - 18.00 Uhr
	17. Sept. 11.00 - 18.00 Uhr

**EINTRITT  
FREI!**

Julia Riedel Veranstalterin  
Tel. 0176 71 78 52 07 | [info@energetika.de](mailto:info@energetika.de) | [www.energetika.de](http://www.energetika.de)

<b>Termine für die Jahre</b> - ohne Gewähr	<b>Land</b>	<b>2023</b> <b>Eintritt frei</b>	<b>2024</b>
D - 86399 <b>BOBINGEN</b> / Augsburg Singoldhalle, Willi-Ohlendorf-Weg 1		24. - 26. März	23. - 25. Febr.
D - 73430 <b>AALEN</b> / BW Stadthalle, Berliner Platz 1		29. Sept. - 01. Okt.	22. - 24. März
D - 73770 <b>DENKENDORF</b> / Stuttgart Festhalle, Mühlhaldenstr. 111		21. - 23. April	■
I - 39030 <b>VAHRN</b> / Südtirol Haus Voitsberg, Voitsbergstraße 1		■	05. - 07. April
D - 73230 <b>KIRCHHEIM unter Teck</b> Stadthalle Stuttgarter Straße 2		■	19. - 21. April
D - 84508 <b>BURBKIRCHEN</b> / an der Alz Bürgerzentrum, Max-Planck-Platz 11		19. - 21. Mai	24. - 26. Mai
I - 39022 <b>ALGUND</b> / Südtirol Thalguterhaus, Hans-Gamper-Platz 3		09. - 11. Juni	07. - 11. Juni
D - 85098 <b>INGOLSTADT</b> / Großmehring Nibelungenhalle, Dammweg 1		30. Juni - 2. Juli	12. - 14. Juli
D - 88089 <b>KRESSBRONN</b> / am Bodensee Festhalle, Hauptstraße 39		25. - 27. August	23. - 25. Aug.
D - 73430 <b>AALEN</b> / BW Stadthalle, Berliner Platz 1		29. Sept. - 01. Okt.	22. - 24. März
D - 94060 <b>POCKING</b> / Ldk. Passau Stadthalle, Berger Str. 11		■	13. - 15. Sept.
I - 39028 <b>SCHLANDERS</b> / Südtirol Kulturhaus Karl-Schönherr, Gölfanerstr. 27b		15. - 17. Sept.	04. - 06. Okt.
D - 73249 <b>WERNAU</b> / Neckar Quadrium/Stadthalle, Kirchheimer Str. 68-70		27. - 29. Okt.	■
D - 85567 <b>GRAFING</b> / bei München Stadthalle, Jahnstraße 13		■	18. - 20. Okt.
D - 83410 <b>LAUFEN</b> / an der Salzach Salzachhalle, Briouder Platz 4		10. - 12. Nov.	08. - 10. Nov.

Pro ENERGETIKA-Messe erscheint das Messemagazin  
Herausgeber: ENERGETIKA Inh. Julia Riedel  
Verantwortlich für Inhalt und Gestaltung: F. Riedel  
Bildquelle: fotolia / i-Stock / eigene  
Oskar-von-Miller-Str. 46 | 86199 Augsburg  
Tel. 0049(0)821-90 67 330 Fax 0049(0)821-99 87 37 99  
[www.energetika.de](http://www.energetika.de) | [info@energetika.de](mailto:info@energetika.de)

### Öffnungszeiten

**Freitag - 14 - 19.00 Uhr**  
**Samstag - 10 - 18.00 Uhr**  
**Sonntag - 11 - 18.00 Uhr**

**Gerne können Sie diese Magazine kostenlos anfordern und in Ihrem Betrieb, Geschäft, Praxis, usw. auslegen.**

**Activecenter-FUN-COMMUNITY-RESULTS**  
**-Herbalife Nutrition**

**Aussteller SCHLANDERS 23**

Als Wellness-Coach möchten wir sensibilisieren, inspirieren und unterstützen. Egal ob ein besseres Wohlbefinden, mehr Energie, gesunde Gewichtskontrolle oder bessere Regeneration im Sport, das Activecenter-Programm ist für dich, wenn du Information, Lösung, Betreuung und tolle Resultate in einem willst. Das Konzept ist aufgebaut auf 3 Säulen, persönlichen Coaching, Produkten auf pfl. Basis, um alle wichtigen Nährstoffe deinen Körper zu geben und einer online Plattform- der Kundenwelt, mit tollen Rezeptideen, Ernährungstipps, und Sportplänen, mit incl. Austausch in einer großen Community

**Adelheid Heggenstaller, Geistige Heilerin, Ausbilderin, Autorin**

Die von mir angebotene Heilkunst „Heiler der Neuen Generation“ verbindet altes und neues Basiswissen des geistigen Heilens und fördert so das Vertrauen in Gott, das Leben und die Schöpfung. Für diese Heilkunst entwickelte ich ein neues System der Aura- und Chakren-Zeichnungen zur Visualisierung von Krankheiten und Lebensthemen. Am Stand stelle ich mein neues Buch vor und fertige Aura-Zeichnungen an

**Aura-Fotografie Christian Schmidt**

ganzheitliche Lebensberatung anhand Ihres Aura-Fotos

**Außergewöhnliche Steine Achim Selter – Steine-Informatiker**

Ich biete Edelsteine und Mineralien in Form von Rohsteinen, Trommel- und Scheibensteinen an. Außerdem finden Sie an meinem Stand Massagegriffel, Massagesteine, Kugeln, Pyramiden, Engel und Freeformen aus den unterschiedlichsten Steinarten. Des Weiteren erhalten Sie bei mir auch Kristalle, Kristallstufen und Amethystdrusen. Alle Steine und Kristalle sind von höchster Qualität und für therapeutische Behandlungen geeignet

**Corazon de Vida – Carmen Mancosu Kübler**

Ein Leben in Liebe und Mitgefühl gegenüber Menschen, Tiere und Natur. Erkenne wer Du wirklich bist „Dein wahres Sein und Selbst“. Lerne zu vergeben und führe Dein Leben im Jetzt und Hier ohne Fremdbestimmungen. Eins sein mit Deinem irdischen und energetischen Körper. Kontaktaufnahme mit Deinem Inneren Kind. Von ganzem Herzen gerne schreibe ich Dir Deine persönliche Herzbotschaft mit der wertvollen Unterstützung von Gott und den Engeln. Außerdem biete ich meine energetisierten Raumdufte, Schutzamulette, Duft- und Überraschungssäckchen sowie Herzbotschaftssets an

Du hast drei Möglichkeiten im Leben:  
Aufgeben, Nachgeben oder - Alles geben



### **Cosmo Life GmbH – Egon Heiss aus Kaltern**

Die Quantenphysik macht's möglich Biopol- das Multifunktionssystem - lebendiges, kalkfreies Wasser, Schutz vor Elektrosmog, 4 G und 5 G, Wasseradern, Erdstrahlen und Radon. Biopol Magnum – Mauerentfeuchter, Automobilcard- bis zu 10 % Benzin sparen und elektrosmogfrei fahren, Energetik Card – Gesünder Essen u. Trinken durch energetisches Harmonisieren, E-smog-Chip- Schutz vor Wireless, Schnurlostelefon, Computer, Inverter (Photovoltaik), bluetooth, babyphone, Induktionsherd, u.v.m., Biochip und 5G Balancechip (NEU)- bilden eine Schutzglocke im Umkreis von 2 m vor allen Handystrahlen und Elektrosmog. Superkolloidales Silber und Gold, Zeolith zur Entgiftung von Schwermetallen und Giftstoffen, liposomales Vitamin C und Melatonin, Neugierig?

**David Vögel Trommelbau sowie Verkauf** von Schamanentrommeln, Rasseln und Räucherfedern. Selbstgebozene Holzrahmen für den Bau deiner eigenen Trommel. Verschiedene Räuchermischungen. Schamanische Jahresausbildung und Breathwork.

### **Energetik-Fachinstitut – Angelika Doppelbauer**

Wir als Team helfen Menschen und Tiere in allen Situationen des Lebens mit der Kraft der Natur. Ich bin seit 1994 Heilmasseurin in Österreich, dabei unterstützen mich ätherische Öle und Produkte in der höchsten Qualität des Weltmarktführer Young Living. Schenke auch Dir und Deiner Familie bewusste Aufmerksamkeit. Wir betreuen sie bei allen Fragen und Themen dazu und freuen uns auf sie.

### ***Können Geistheiliger wirklich helfen? Ja. Sie können helfen!***

Geistiges Heilen bedeutet, Körper und Geist durch Harmonisierung des Energiefeldes zu unterstützen. Geistheilung ist und bleibt eine Ergänzung der üblichen Behandlungsmethoden. Persönliche Gespräche von Mensch zu Mensch, egal ob im Vier-Augen-Gespräch oder am Telefon soll helfen, das Vertrauensverhältnis aufzubauen und zu festigen. Niemand kann leidenden Menschen Erfolgsgarantien geben oder Heilung gar versprechen. Man kann Perspektiven anbieten, die der leidende Mensch zuvor vielleicht noch nicht erkannt hat. Aus Sicht der russischen Informationsmedizin beginnt Krankheit immer auf der Informationsebene. Danach geht es auf die energetische Ebene über- und später, wenn der Zustand nicht behoben wird, manifestiert sie sich im Körper. Bei der Genesung verlässt die Krankheit den Menschen auf der Informationsebene, dann auf der energetischen Ebene und zum Schluß auf der physischen Ebene - und der Mensch wird wieder gesund.



Schön, dass Sie uns  
in Schlanders besuchen!



### **Engelportal Verlag Rosemarie Nikolai-Trischka - Seelenbilder**

Die Seelenbilder der spirituellen Künstlerin Rosemarie Nikolai-Trischka öffnen die Herzen der Menschen. Wir erkennen darin viele positive Energien und Schwingungen, die uns Kraft, Mut, Geborgenheit, aber auch Vitalität und Lebensenergie schenken. Durch das Hineinversetzen verschmelzen wir mit den Bildern, dies zeigt sich darin, dass sich die Bilder bewegen. In den Standaktionen führt die Künstlerin näher aus, warum uns die Seelenbilder so gut tun, dass sie auch unsere Wohnräume energetisch aufladen

### **FitLine – Premiumprodukte / Pranatherapie und Coaching Sarah Gasteiger**

– Praxis für mentales und ganzheitliches Wohlbefinden. Mein Konzept besteht aus drei Säulen, der Pranatherapie gepaart mit Coachings in den Bereichen Persönlichkeitsentwicklung, Gesundheit und Prävention und als optimale Ergänzung dazu den Produkten der Firma PM International, FitLine. Seit mehr als zehn Jahren begleite ich Menschen und ver helfe aus ganzheitlicher Sicht bei verschiedensten körperlichen und seelischen Herausforderungen, aber auch dahingehend, vital und erfüllt leben zu können.

### **Fleischmann Marion – Casa Narenga Seminarhaus**

Physio-Schamanin ist meine eigene Methode mit Physiotherapie und schamanischer Heilweise. Ich bringe Sie in Ihre Mitte, helfe Ihre Selbstheilungskräfte zu stabilisieren und anzuregen und sich wieder in Ihrer eigenen Haut wohlzufühlen. Heilsame Berührung durch schamanische Massage.

Ich reinige energetisch Ihr Haus/Wohnung, Garten, Arbeitsräume, Ställe – bin da für Mensch und Tier. Räucherspezialistin in Sachen Haus - ich freue mich auf Sie!

### **Fleischmann Waltraud – Casa Narenga Seminarhaus**

Welten verbinden – Klarheiten schaffen – um den Fluss des Lebens zu genießen, dies ist nun seit 30 Jahren das Credo von Waltraud Fleischmann und ihrem Seminarhaus. Als Mitglied des DGH und ausgebildete Heilerin hilft sie Menschen mit ihrer Lichtarbeit und Astrologie dabei, die alltäglichen Herausforderungen des Lebens liebevoll zu lösen. In ihrem Seminarhaus bietet sie dazu vom indianischen Heiltrommelbau, über energetischen Hausreinigungen, bis hin zu den verschiedensten Vorträgen und Workshops alles an, was zur Klärung und zum Wohlbefinden aktiv beiträgt - frei nach dem Motto: „Genieße dein Leben jetzt“.

Weitere Informationen bei mir am Stand



**Zeolith-Klinoptilolith**  
**+ Bambussalz**

**hier am Stand**

**RIEDEL ENERGIEPRODUKTE**

## Gesundheitspraxis für Energiemedizin Braun Susanne und Markus

– The Root Brands-Produkte. Natur rein – Synthetik raus. Übernehme die Verantwortung für deine Gesundheit. Firmeneigene, in den USA zum Patent angemeldete, geschützte Formeln und Technologien, um Resultate zu erzielen. Wir nutzen die Kraft der Natur, um das wahre Potenzial von Körper, Geist und Seele freizusetzen. „Lebe das Leben, welches DU willst, nicht das, welches Dir verschrieben wurde“ Dr. Christina Rahm

## GRANDERWASSER - Universell einsetzbar - überall, wo Wasser fließt

Die GRANDER-Wasserbelebung wird überall dort eingesetzt, wo Wasser fließt. Im Privatbereich, in der Hotellerie und Gastronomie inkl. Schwimmbäder, Spa- und Wellnesseinrichtungen und im Gewerbe. Mit der Wasserbelebung leistet GRANDER einen Beitrag zu einem besseren Leben für Menschen und Betriebe, die auf die Kraft der Natur vertrauen. Die GRANDER-Wasserbelebung stärkt das Immunsystem im Wasser mit der Konsequenz von zahlreichen Vorteilen für uns Menschen, Betriebe und unsere Umwelt. GRANDER-Wasserbelebung bringt: Genuss & Geschmack, Wohlbefinden & Vitalität, Wachstum & Ertrag, Optimierungen & Einsparungen, Umweltschutz & Ressourcenschonung

## Health Coach Rena Brockmanns

Holistisches Coaching für Körper - Geist – Seele. Finde in deine Schöpferkraft!

Ich begleite dich Schritt für Schritt in dein Traumleben. Premium Coaching – Leben in Gesundheit, Freude, Erfüllung und Glück. Komm zurück in dein wahres Sein, überwinde gesundheitliche Probleme, Erschöpfung, Angst und Zweifel. Gib dich dem Fluss des Lebens hin mit Leichtigkeit, Liebe, Lachen. Lebe deine Berufung. Ich bin Expertin für ganzheitliche Gesundheit und Entwicklung mit über 20 Jahren Erfahrung



**Spirituelle Lebensberaterin**  
**Dilek Tugral**

Ich biete Ihnen Hilfe in allen Lebenslagen durch einfühlsame und intuitive Beratung. Hierzu verwende ich vor allem die Kipperkarten und die Numerologie.  
Professionelle Beratung mit über 30-jähriger Berufserfahrung in allen Lebenslagen, ohne vorab Infos.  
Gerne können Sie das Gespräch aufzeichnen.  
Ich freue mich auf Sie.

**Terminvereinbarung:**  
02066 510756  
0179 5285897

**Telefonische Beratung:**  
Deutschland: 0900 5106204 min. 2,29€  
(aus dem deutschen Festnetz)

[www.zukunftssicht.de](http://www.zukunftssicht.de)

„Die Menschen glauben viel leichter einer Lüge, die sie schon hundertmal gehört haben, als eine Wahrheit, die ihnen völlig neu ist.“ (Alfred Polgar)

## Heilen in der Stille Praxis für geistiges Heilen. Friedbert Riedel - der Optimierer

Hilfe auch durch Fernheilung zu Hause, z.B. bei Reiseunfähigkeit aufgrund körperlicher Einschränkungen, chronischen Schmerzen, usw. Bei Fernheilung gibt es weder Zeit noch Ort. Es ist eine besonders kraftvolle Art des energetischen Heilens, d.h. die Übertragung feinstofflicher Heilenergien ist für die meisten Menschen körperlich und emotional spürbar. Depressionen (die Altersdepression gehört neben Demenzerkrankungen zu den häufigsten psychischen Erkrankungen im Alter), Stressabbau, das Lösen innerer Anspannungen, Stärkung des Selbstwertes, Unterstützung bei Erkrankungen und dadurch das Aktivierender Selbstheilungskräfte, das Auflösen und Ausleiten von Fremdenergien und negativen Glaubenssätzen sind machbare Möglichkeiten. Glücklicherweise muss man eine Heilung nicht unbedingt verstehen, damit sie stattfindet.

**Friedbert Riedel - D-86199 Augsburg - Tel. 0821 / 906 90 65 Fax: -99 8737 99**

**E-Mail:** [info@heilen-in-der-stille.de](mailto:info@heilen-in-der-stille.de) | [www.heilen-in-der-stille.de](http://www.heilen-in-der-stille.de)

## Ilmberger Margit – Experte für spirituelle Persönlichkeitsentwicklung

Mediale Lebensberatung, Channeling, Coaching, Reading, kabbalistische Analysen, Seminare

## Lavylites – Alle Kraft der Natur in einer einzigartigen Essenz – Team Lavylites

**Südtirol** Es ist eine Essenz, die in der Lage ist, Informationen natürlicher Wirkstoffe von über 3.000 bioaktiven Substanzen aus Pflanzen, Steinen, Mineralien, Salzen und kolloidalen Edelmetallen binnen Sekunden zu den Körperzellen zu transportieren. Diese werden dadurch an ihre ursprüngliche Ausgangslage erinnert und tiefgehende Regeneration beginnt auf allen Ebenen

## LEBENS-KRAFT Vera Karner

- Was ich für Sie tun kann: Unterstützung für mehr Energie und Wohlbefinden mit Radionik und EMOTIONSCODE. Hausenergiemessungen, energetische Produkte für persönliche Themen wie optimale Schwangerschaft und Geburt, Strahlenschutz (G5), Schutzarmbänder, Bienenwächter, Energiesteine, Balancierung des Immunsystems, radionische Begleitung in besonderen Situationen, persönliche Unterstützungssessenzen, Schutzengel und vieles mehr.



*Ulla Jasmin*

BOTSCHAFTERIN DES LICHTES

- hellsichtiges Medium seit 1974
- telefonische Einzelberatung
- Göttliche Auflösungen auf allen Ebenen
- Spirituelle Heilerseminare
- Jahresausbildungen
- CDs, geweihte Kerzen
- CLEAN SLATE - Ausleitungstropfen

[www.ulla-jasmin.de](http://www.ulla-jasmin.de)

„Wer etwas will, findet Wege. Wer etwas nicht will, findet Gründe.“



### **Natumeda – Gesundheits- und Therapiekonzepte – Bernhard Hansen,**

**Heilpraktiker** Der Schlüssel zum gesunden Leben liegt in uns selbst! Werden wir durch Frequenzen, Virusinfektionen, chronischen Stoffwechselstörungen oder Autoimmunerkrankungen in ein Störfeld gezogen, mit vielen Symptomen, die Körper – Geist – Seele negativ beeinflussen, benötigen wir die Frequenz, die Kraft des Universums. Möglichkeiten dargestellt aus über 40 Jahren Praxiserfahrung

### **MADREMA, Heimatpflege Verein für Forschung und Bildung ganzheitlicher und umweltschützender Lebensformen**

Wir leben in einer Wunder-vollen Welt und unser Verein unterstützt durch verschiedene Möglichkeiten und Geschenke aus der Natur (Tinkturen, Gemmomazerate, alte Handwerkskünste uvm.) den Menschen für die Schönheit der Mutter Erde zu begeistern - auf allen Ebenen Erlebnisse zu sammeln und den Weg der Liebe und des Herzens, der uns begleitenden Wesen wahrzunehmen. Lebensberatung mit mystischen Karten, energetische Feng shui, Ahnen- und Themenstellen, Seelenbegleitung

### **Maximilian – Flexi-B-Handlung**

Beantwortung von Fragen. Ich verbinde mich medial mit dem Thema, der Sorge, der Person, dem Ort etc. und zeige Zusammenhänge und Lösungswege auf.

Dies geschieht flexibel und auf energetischer Basis. Das kann durch das Klären alter Leben, durch Aura-Reinigung, Lösen von Besetzungen, Energien, Flüchen, Implantate etc. ... erfolgen. Honig und Propolis. Visualisierung durch Steine legen. Engels-Flügel ausstreichen

### **Paljari Italia GmbH**

Wir geben unser Wissen weiter und bieten mit Paljari eine professionelle Plattform für gesundheitsorientierte Menschen. Fachvorträge, umfassende Beratungsgespräche und regelmäßige Informationsveranstaltungen sollen vermitteln, aufklären und Fragen beantworten. Zur hohen Qualität unserer Produkte stehen wir.

Über ihre Wirkungsweise wollen wir informieren und sie transparent und ehrlich vertreten.

### **Peter and Friends GmbH präsentiert LIFEPLUS**

Durch leidenschaftliche Entwicklungsarbeit und fundiertem Fachwissen gelingt es LIFEPLUS seit 1992 bahnbrechende, hochwertige und modernste Produkte zu formulieren. In der Regel werden bei Vitalstoffen synthetische Füllstoffe/Bindemittel ohne Nährwert eingesetzt. LIFEPLUS verwendet stattdessen die unternehmenseigene PhytoZyme®-Basis. Die Rezeptur aus speziellen Kräutern, Phytonährstoffen, Kofaktoren, pflanzlichen Enzymen und mehr als dreißig verschiedenen Obst- und Gemüsesorten unterstützen auf synergetischer Weise die Aufnahme der aktiven Wirkstoffe.

**Peter and Friends GmbH, Hofstraße 17, D-73776 Altbach,**

**E-Mail:peterandfriends@gmx.com**

**<https://www.lifeplus.com/peterandfriends/de/de>,**

**Peter Müller, mobil: +49 1727263102**

Es ist nicht wichtig, wie langsam du gehst, solange du nicht stehen bleibst.“

## Peter and Friends GmbH präsentiert Vitarights Innovations GmbH

Auf Knopfdruck - Leben mit voller Kraft: Der Beosigner® arbeitet mit der Biophotonentechnologie. Vitalitätsstörungen wie Abgeschlagenheit, Stress und Unverträglichkeiten gehen mit einem Mangel an Lichtenergie in den Körperzellen einher. Die Information mittels gebündeltem Licht des Beosigners® kann den Lichtenergiehaushalt in den Zellen vitalisieren, Zellen reinformieren und damit die Selbstheilungskräfte anregen. Testen Sie bei uns am Stand, wie bereits nach kurzer Anwendung ihre Vitalität messbar verbessert wird.

**Peter and Friends GmbH, Hofstraße 17, D-73776 Altbach,**

**E-Mail: [peterandfriends@gmx.com](mailto:peterandfriends@gmx.com) | Claudia Höing, mobil: +49 175231747711**

**Prinoth Claudio Jasmin und Claudio,**

handgefertigte Orgon Produkte aus Südtirol. Orgon Power - Produkte aus Elementen der Natur für Deinen Wohnraum und für Unterwegs. Orgonite entstören und harmonisieren um Dein Zuhause in eine kleine Entspannungsoase zu verwandeln. Stärke Dich, dein Immunsystem und Kreislauf, löse deine Blockaden und verbessere deinen Schlaf mit dem Schutz der Energie von Mutter Erde

## Riedel-Energieprodukte – Lebensenergien der natürlichen Art

Jede Krankheit beginnt mit einer Übersäuerung. Ein unausgeglichener Säure-Basen-Haushalt wirkt sich auf das Wohlbefinden und die Gesundheit aus, denn der Transport von Nährstoffen und die Hormontätigkeit werden stark beeinträchtigt. Häufig ist eine Übersäuerung unserer modernen Ernährungs- und Lebensweise geschuldet, dementsprechend sind viele Menschen betroffen - und das, ohne überhaupt davon zu wissen. Zeolith-Klinoptilolith und das koreanische Bambussalz - ein natürlicher Basenspender. Diese Produkte zeichnen sich durch ihre absolute Reinheit und vollkommene Naturbelassenheit aus.



**Marlù Frei**

Inhaberin -Zentrum Einklang  
Autorin vom Buch „Lernen als FreiGeist“

**Kontakt: +39 333 2339137-  
email: [marlu.frei@alice.it](mailto:marlu.frei@alice.it)  
[www.marlu-freigeist.com](http://www.marlu-freigeist.com)**

**Zentrum Einklang**

LernCoach-Master  
Life, „ich schaff's“-Team-Coach  
LO-Feng Shui  
Geburtsdatenanalyse  
Konflikt & Mobbingberaterin-  
im Kinder & Jugendbereich  
Farbenergetikerin  
Referentin

**Stanis Gruber Str. 8 - Obere/Gand - 39057 Eppan**

**[www.einklang.bz.it](http://www.einklang.bz.it)**



**Barbara Wieser Flaim  
- Lichtklang**

Dipl. Pranatherapeutin  
für Kinder, Jugendliche  
& Erwachsene  
Referentin für die  
A.MI. University Mailand  
Sensitive & mediale Energie-  
arbeit  
Klangpraktikerin für Kinder  
und Erwachsene  
Klangmeditationen, Klangbäder & Klangliege  
Aromaberaterin III & FNL - Kräuterexpertin und  
Südt. Kräuterpädagogin  
Seminarleiterin

**Kontakt: +39 333 6306031  
email: [wieser.barbara78@gmail.com](mailto:wieser.barbara78@gmail.com)  
[www.barbarawieser.it](http://www.barbarawieser.it)**

Alles, was du sagst, sollte wahr sein.  
Aber nicht alles, was wahr ist, solltest du auch sagen.“ (Voltaire)

### **RSI GmbH aus Wolfertschwenden**

Crystallus – Mein Leben – Mein Wasser. Crystallus: Wasser wie frisch aus der Gebirgsquelle. Mit Crystallus Anlagen genießen Sie gefiltertes Wasser mit einer kristallinen Struktur, so wie man sie auch in natürlichen Gebirgsquellen findet. Das Wasser schmeckt rein und frisch, da es nicht nur von Geschmacksverunreinigungen und Schadstoffen befreit ist, sondern auch noch eine harmonische Molekularstruktur aufweist. Sie werden den Unterschied nicht nur schmecken - sondern auch spüren. Crystallus: Einzigartige Produkte für Ihren Genuss und Ihr Wohlbefinden Crystallus Systeme gibt es für verschiedene Einsatzbereiche in Ihrem Zuhause und auf Reisen

### **Schmied Consulting – Unternehmer aus Leidenschaft**

Leben im mineralischen Gleichgewicht. Seit 30 Jahren beschäftigt sich Reico mit dem mineralischen Gleichgewicht für Boden, Pflanze, Tier und Mensch. Das einzigartige Herstellverfahren unserer Produkte sichert eine höchste Bioverfügbarkeit der von uns verwendeten Mineralstoffe und Spurenelemente. Lassen Sie sich gern persönlich von uns am Stand beraten.

Eine kleine Überraschung wartet am Stand auf Sie

**Selbsthilfegruppe bezüglich seelischer Beschwerden - Agnes Knottner aus Seis** Informationshefte und Spruchkarten zur ganzheitlichen Gesundheitspflege, Farblichtmeditation nach den sieben Naturprinzipien. Lebens- und Sozialberaterin mit Schwerpunkt Pädagogik. Studium der Weisheitslehren und den Naturgesetzen. Pädagogikschule und Meditation. Erstellen von Kabbala-Lebensanalysen

### **Serengetix – Rainhard Domanegg und Marko Steiner**

Magnetschmuck – eigenes Design, Magnete für den Alltag. Magnomed® Bandagen. Sie sind begeistert von unseren Produkten und möchten dies in Deutschland, Österreich oder in Italien den Menschen weitergeben, wir beraten Sie gerne bei uns am Stand. Wir freuen uns und sind auf jeder Messe Energetika dabei. Werden Sie Vertriebspartner von Serengetix



**LEBENS  KRAFT**

*Entfalten Sie Ihr Potential*

**Produkte, Beratung und Sitzungen für mehr  
Lebensfreude, Energie und Wohlbefinden**

**Vera Karner**

**Radionik - Emotions Code - Coaching - Resilienztraining**  
Finzbachstr. 1 - D 82494 Krün

Tel.: +49 (0)8825 562 - [info@resilienztraining-bayern.de](mailto:info@resilienztraining-bayern.de)  
[www.resilienztraining-bayern.de/lebenskraft-und-erneuerung/](http://www.resilienztraining-bayern.de/lebenskraft-und-erneuerung/)

### Share original bei Stuefer Pema Katharina

Fermentation ist eine der ältesten Konservierungsmethoden, fermentierte Lebensmittel sind reich an probiotischen Bakterien, das sind genau jene Bakterien, die für eine ausgewogene Darmflora unverzichtbar sind. Mithilfe von fermentierten Lebensmitteln ist es also möglich die Balance in deinem Darm wiederherzustellen

### Sprenger Beate Antonia – selbstständige JEMAKO Vertriebspartnerin

Jemako ist ein inhabergeführtes deutsches Unternehmen mit Firmensitz in Rhede (NRW) mit einer Produktpalette für Oberflächen- und weltchonende Reinigungs- und Pflegeprodukte „made in Germany“. Wir stellen hochwertige Mikrofaserprodukte und biologisch abbaubare Reinigungsprodukte her. Sie kennen Jemako bereits oder interessieren sich für einfaches Putzen?

Schauen Sie vorbei, ich berate Sie gerne

### Tugral Dilek Spirituelle Lebensberatung

mit 30 jähriger Berufserfahrung berät durch Numerologie, Kartenlegen, Kaffeesatzlesen, in allen Lebenslagen ohne vorab Informationen

### Ulla Jasmin – hellsichtiges Medium seit 1973

Einzelne Beratungen sowie telefonische göttliche Auflösungen in der Liebe auf allen Ebenen. Spirituelle Heilseminare, Jahresausbildungen, CDs, geweihte Engelkerzen, Ausleitungstropfen – Clean Slate

### Veronika Egger und Marcus Pobitzer - Independent Associates Super Patch

Super Patch ist wahrscheinlich die revolutionärste Erfindung für Wellness, Wohlbefinden, Lebensqualität und gesundem Sein. Konkurrenzlos, einzigartig, erschwinglich, patentiert und vor Allem ohne Wirkstoffe – Medikamentenfrei, eben nicht invasiv – nichts dringt in den Körper, in unsere Haut ein.

Information für mehr Lebensqualität

**Mobil: +39 335 1034584, Mail: [superpatch@libero.it](mailto:superpatch@libero.it),**

**<http://success8.superpatch.com>**



## Wirklich frei werden!

*Von Fremdenergien, Flüchen, Implantaten, Geistwesen,  
Gedanken, Blockaden, Besetzungen  
und sonstigen Anhaftungen*

*Befreiung von belasteten Energien,  
auch für Wohnung, Haus und Firma.*

**herzlich  
frei sein !**



**Friedbert Riedel -der Optimierer- energetischer Heilberater**

Tel. 0049(0)821 9069065 | 0171 3340797 [www.heilen-in-der-stille.de](http://www.heilen-in-der-stille.de) | [info@heilen-in-der-stille.de](mailto:info@heilen-in-der-stille.de)

Wenn jemand sagt: „Das geht nicht“, denke daran:  
Das sind seine Grenzen, nicht deine.“

## Watzl Birgit

Wer der faszinierenden Welt der ätherischen Öle begegnet, entdeckt echte Schätzen der Natur. Die Essenzen enthalten die guttuende Lebenskraft aus Blüten, Blättern, Wurzeln, Früchten und Fruchtschalen und vieles aus der Natur. Naturrein gewonnen entfaltet ätherisches Öl eine erstaunliche Wirkung in verblüffender Vielfalt. Viele Anwender sind begeistert von ätherischen Ölen und selbst uns überraschen diese pflanzlichen Schätze immer wieder. Als Beraterin für die naturreinen Öle aus dem Hause doTerra bin ich auf der Messe für Ihre Fragen gerne für Sie da

## WinWin Connector GmbH - Gemacht für Ihr Wohlbefinden. NEURO SOCKS

Neben den vielen Vorteilen die unsere NEURO SOCKS zu den wohl cleversten Socken der Welt machen, verwenden wir ausschließlich hochwertige Materialien für eine qualitativ hochwertige Herstellung. Was ist alles möglich mit einem völlig anderen Fuß-Gefühl? Socken neugedacht! Mehrlagiges Spezialgewebe mit eingewebter Verstärkung erzeugt ein völlig neuartiges sensorisches Gefühl. High-Performance-Socken, die Wohlbefinden und Lebensqualität mit einem unglaublichen Tragegefühl verschmelzen. Wer möchte denn nicht ganz unkompliziert durch clevere Socken seinen Füßen und damit auch sich selbst etwas Gutes tun und somit ein ganzheitliches Wohlbefinden in sein Leben bringen? Werde auch Du zum Neuro Socks Fan und überzeuge Dich von den High-Performance-Socken. Socken die Dir Energie bringen und Du dich gleichzeitig beweglicher und stabiler fühlst.

**WinWin Connector GmbH, Telefon: +49 176 619 29857,**

**Mail: [office@imkekampf.de](mailto:office@imkekampf.de), [winwinconnector.neuro-socks.com](http://winwinconnector.neuro-socks.com)**

## Zentrum Einklang- Marlú Frei & Barbara Wieser aus Eppan/Südtirol

Marlú: Autorin vom Buch „Lernen als FreiGeist & Coach. Als Coach für Kinder, Jugendliche und Erwachsene unterstütze ich dich dabei, deine persönlichen Fähigkeiten und verborgenen Talente zu entdecken und diese zu aktivieren. Barbara: Dipl. Pranatherapeutin & Klangenergetikerin Bei der Prana-Therapie geht es um die Gesunderhaltung von Körper, Geist und Seele. Dabei werden die Selbstheilungskräfte deines Körpers aktiviert und die Energiezentren ausgeglichen und harmonisiert. Ein inneres Gleichgewicht und Wohlbefinden stellt sich ein.

Wir bieten Seminare zu verschiedenen Themen an.



## Heiler der Neuen Generation

Adelheid Heggenstaller

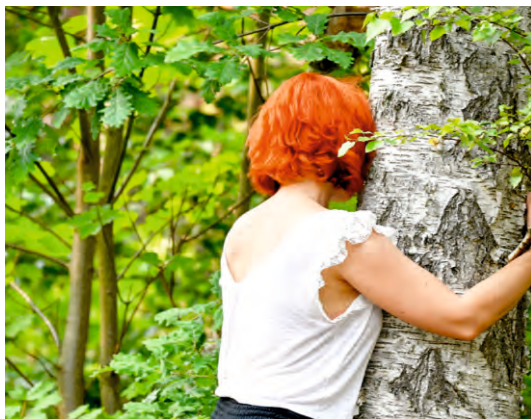
Heilerausbildung - Einzelsitzungen - Seminare

Tel. 08443 50 99 864, Mobil 0176 28 38 35 71 in 86558 Hohenwart  
[www.heilerausbildung-bayern.de](http://www.heilerausbildung-bayern.de), [info@heilerausbildung-bayern.de](mailto:info@heilerausbildung-bayern.de)

„Es tut mir Leid, dass ich Fehler mache – aber ich lebe zum ersten Mal.“

## WALDBADEN

Frisches grünes Laub, das Rauschen der Blätter und der Duft von Tannennadeln: Ein Waldspaziergang tut Körper und Seele gut. Gerade nach den Zeiten von Corona zieht es viele raus in die Natur. Dass Bewegung im Wald die Gesundheit positiv beeinflusst, ist aber nicht nur ein Volksglaube, sondern durch zahlreiche wissenschaftliche



Studien belegt. In Japan ist mit dem sogenannten Waldbaden sogar ein regelrechter Gesundheitstrend entstanden, der sich mittlerweile auch auf Europa und die USA ausgedehnt hat. Aber wieso wirkt sich der Wald positiv auf die Gesundheit aus, was ist Waldbaden eigentlich genau und wie funktioniert es?

### Was ist Waldbaden?

Waldbaden wurde in Japan erfunden und bezeichnet einen bewusst erlebten, entspannend wirkenden Aufenthalt im Wald. Der japanische Name "Shinrin Yoku" bedeutet "baden im Wald", was nicht etwa das Baden in einem Waldsee meint, sondern das Baden in der Atmosphäre des Waldes. Ein wichtiger Bestandteil von Shinrin Yoku ist das bewusste Erleben der Natur mit allen Sinnen, häufig in Kombination mit Entspannungsübungen.

### Wie funktioniert Waldbaden?

Mittlerweile werden auch bei uns entsprechende Kurse angeboten, um das Waldbaden zu erlernen. Diese beinhalten neben dem Spaziergang noch Achtsamkeits- oder Atemübungen und Entspannungstechniken aus dem Yoga oder Qigong. Auch wenn es keine Regeln oder eine feste Anleitung zum Waldbaden gibt, können ein paar Tipps dabei helfen, das Waldbaden besonders zu genießen:

- Waldbaden beinhaltet das sehr bewusste Wahrnehmen der Umgebung mit allen Ihren Sinnen. Konzentrieren Sie sich auf Gerüche, Geräusche oder Farben, wie das Rauschen der Blätter oder den Duft von Tannennadeln.
- Das Lauftempo ist eher langsam und der Spaziergang ausgedehnt. Wie lange ein Waldbad dauern sollte, ist nicht festgelegt, es können aber durchaus mehrere Stunden sein. Aber auch 20 bis 30 Minuten täglich helfen laut einer US-amerikanischen Studie schon dabei, das Stresshormon Kortisol im Blut zu reduzieren.
- Nehmen Sie sich genügend Zeit und planen Sie für diesen Tag keine wichtigen Termine ein. Sie sollten keine Hektik aufkommen lassen.
- Machen Sie ausreichend Pausen und nehmen Sie genug Flüssigkeit zu sich. Empfehlenswert sind vor allem Wasser oder Tee.

## Was bewirkt Waldbaden?

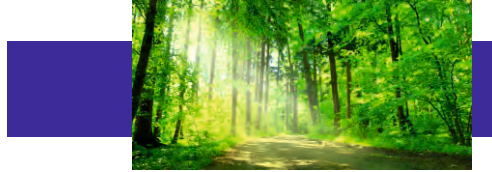
Waldbaden oder ein einfacher Waldspaziergang sind gesund für Körper und Psyche. Vor allem folgende positive Auswirkungen auf die Gesundheit sind wissenschaftlich belegt:

### Psychisch:

- Entspannung durch weniger Lärm, natürliche Waldgeräusche und -gerüche
- Ablenkung vom stressigen Alltag durch Eindrücke in der Natur
- gesteigertes Wohlbefinden durch ruhige Atmosphäre im Wald

### Physisch

- verringerter Kortisol-Spiegel
- Senkung des Blutdrucks
- Stärkung des Immunsystems
- Entspannung der Muskeln
- Befeuchtung der Atemwege



Studien zeigen, dass sich der allgemeine Stressabbau infolge von regelmäßigen Besuchen im Wald positiv auf psychische Erkrankungen wie Depressionen oder Burnout auswirkt und diesen vorbeugen kann.

Darüber hinaus kann sich nach wissenschaftlichen Befunden aufgrund des gesenkten Blutdrucks und reduzierten Stresslevels auch das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen verringern. Auch die Anfälligkeit für viele weitere Erkrankungen nimmt bei regelmäßiger Bewegung im Wald ab, da die Abwehrkräfte gestärkt werden.

## Warum ist Waldbaden gesund?

Die positiven Auswirkungen des Waldes auf die Psyche und den Körper haben unterschiedliche Ursachen. So weisen Wälder ein eigenes Lokalklima auf. Das heißt, durch das dichte Blattwerk werden Umwelteinflüsse, wie Sonneneinstrahlung, Hitze und Kälte gemindert. Es herrscht eine höhere Luftfeuchtigkeit, was die Atemwege befeuchtet und sie so weniger anfällig für Bakterien und Viren macht. Die Bäume sorgen zudem für eine hohe Konzentration an Sauerstoff in der Luft.

Zusätzlich dienen Bäume als Lärmschutz und durch das Blätterdach herrscht ein angenehmes Dämmerlicht, welches die Augen schont. Waldgeräusche, wie das Zwitschern der Vögel, und angenehme Gerüche tun ihr Übriges dazu, dass wir uns im Wald wohlfühlen, denn sie sorgen dafür, dass die Aktivität des Parasympathikus gesteigert wird.

Dieser Teil des vegetativen Nervensystems ist besonders in Ruhephasen aktiv und dient der Regeneration des Organismus. Ist er aktiv, sinken der Puls und der Blutdruck. Durch die ruhige Atmosphäre entspannen sich die Muskeln.

## Terpene: Gesunde Botenstoffe

Darüber hinaus senden Bäume Botenstoffe aus. Diese sogenannten Terpene dienen den Bäumen dazu, miteinander zu kommunizieren, um beispielsweise effektiver Pilze oder Schädlinge abzuwehren. Sie werden durch Blätter und Nadeln abgesondert und befinden sich in der Waldluft. Diese Terpene werden beim Waldspaziergang über die Haut oder die Atmung aufgenommen und gelangen so in den Blutkreislauf.

Kurze Kleidung ist deshalb bei geeigneter Witterung empfehlenswert, da so nicht nur mehr Sonnenlicht, sondern auch mehr Terpene aufgenommen werden können.



Insbesondere Studien des japanischen Wissenschaftlers Qing Li, Vorreiter auf dem Gebiet der Waldmedizin, liefern Hinweise darauf, dass die Botenstoffe der Bäume das Immunsystem stärken, da sie die Aktivität und Anzahl von Killerzellen im Blut erhöhen. Diese natürlichen Killerzellen sind eine Untergruppe der weißen Blutkörperchen und damit Teil des Immunsystems. Natürliche Killerzellen können beispielsweise Zellen, die mit einem Virus infiziert sind, erkennen und abtöten. Zudem sollen sie im Gehirn die Produktion von Botenstoffen steigern, die den Kortisol- und Blutzuckerspiegel sowie den Blutdruck regulieren können. Ein dauerhaft erhöhter Kortisol-Spiegel wird mit einer Schwächung der Abwehrkräfte, Depressionen und einem größeren Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen in Zusammenhang gebracht.

### **Funktioniert Waldbaden auch im Park?**

Laut den Ergebnissen einer australischen Studie spielen Bäume bei der positiven Wirkung des Waldes auf die Gesundheit eine entscheidende Rolle. Dabei ist es zunächst unerheblich, ob diese in einem Wald oder beispielsweise in einem Park stehen. Zu beachten ist jedoch, dass die Menge an Botenstoffen in der Luft mit dem Baumbestand zunimmt. Ein Aufenthalt auf einer Grünfläche ohne oder mit wenigen Bäumen weist daher laut der Studie nicht den gleichen Effekt auf wie ein Spaziergang im Wald.

### **Funktioniert Waldbaden auch im Winter?**

Waldbaden ist grundsätzlich auch im Winter möglich. Zwar fehlen die leuchtenden Farben, die im Frühling, Herbst oder Winter zu sehen sind und auch der Gesang der Vögel als angenehmes Hintergrundgeräusch. Doch auch im Winter gibt es im Wald viel zu entdecken und die gesunden Terpene befinden sich weiterhin in der Luft. Und: Bewegung im Freien ist zu jeder Jahreszeit gut für den Körper und die Psyche.

### **Was kostet Waldbaden?**

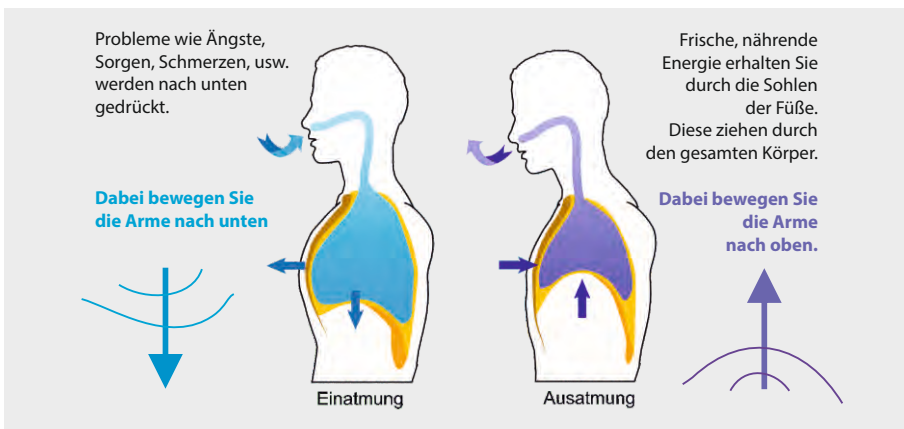
Ein großer Vorteil des Waldbadens ist, dass es von jedem ausgeübt werden kann, da man dafür weder besonders fit noch sportlich sein muss. Ein weiterer Pluspunkt ist, dass es nichts kostet.

Wer es jedoch nach professioneller Anleitung erlernen möchte, kann auch einen Kurs oder ein Seminar besuchen.

Die Preise für Kurse im Waldbaden variieren je nach Inhalten des Kurses und je nachdem, wie lange das Waldbaden dauert. Die Kosten liegen in Deutschland ungefähr zwischen 25 und 50 Euro pro Kurseinheit.

### **Fazit: Ein Besuch im Wald ist gut für die Gesundheit**

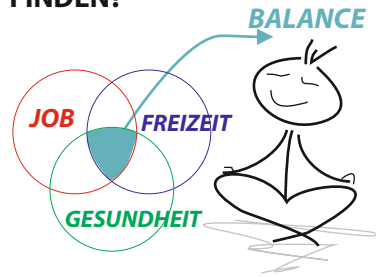
Ob in Form von Waldbaden, einem Spaziergang oder Sport: Zahlreiche Studien belegen, dass ein Aufenthalt im Wald die Psyche und das körperliche Wohlbefinden positiv beeinflusst, beispielsweise durch die Senkung des Blutdrucks und die Stärkung des Immunsystems. Der Wald kann also einen wichtigen Gesundheitsfaktor darstellen. Deshalb sind regelmäßige Waldspaziergänge auch aus Sicht der Wissenschaft sehr zu empfehlen.





## Was ist „WOHLERGEHEN“ oder „WOHLEMPFINDEN?“

In dem Begriff „Wohlbefinden“ steckt das kleine aber bedeutungsschwere Wort „wohl“. Das ist ein guter Ansatz für eine Erklärung, denn im Grunde genommen musst du dich für ein gutes Wohlbefinden wohlfühlen. In anderen Worten kann man also behaupten, dass Wohlbefinden eine generelle Zufriedenheit mit sich selbst und dem eigenen Leben bedeutet.



Wohlbefinden hängt demnach eng zusammen mit dem Empfinden von Glück und Freude. Doch wann fühlt man sich eigentlich wohl? Und woran lassen sich Merkmale und Maßstäbe vom Wohlbefinden festmachen, wenn doch jeder Mensch individuell ist? Gerade die letzte Frage zeigt dir, wie schwierig es ist, eine passende Definition für ein solch komplexes Konzept wie das Wohlbefinden festzulegen. Wohlbefinden ist die Erfahrung von Gesundheit, Glück und Wohlstand. Dazu gehören eine gute psychische Gesundheit, eine hohe Lebenszufriedenheit, Sinn oder Zweck und die Fähigkeit, mit Stress umzugehen. Allgemeiner gesagt, Wohlbefinden fühlt sich einfach gut an. Es ist etwas, das von fast jedem gesucht wird, weil es so viele positive Dinge beinhaltet — sich glücklich, gesund, sozial verbunden und zielstrebig zu fühlen. Leider scheint das Wohlbefinden in diesen Zeiten rückläufig zu sein - und die Steigerung Ihres Wohlbefindens kann schwierig sein, ohne zu wissen, was zu tun ist und wie es zu tun ist.

Die mentale Gesundheit beschreibt unser Empfinden. Dazu zählen alle emotionalen und psychologischen Vorgänge, welche sich auf unser Wohlbefinden auswirken. Ohne diese mentale Gesundheit leidet die Lebensqualität und wir sind unter Umständen nicht in der Lage, die gewünschte oder erwartete Leistung zu erbringen.

Die folgenden Tipps können dir helfen, deine mentale Gesundheit zu stärken und dein Wohlbefinden zu verbessern.

### **Tipp 1: Pausen machen für die mentale Gesundheit**

Kleine Pausen zu machen, über den Tag verteilt, aber auch längere Pausen am Wochenende sind notwendig, damit Kopf und Körper sich erholen können. Idealerweise füllst du deine freie Zeit mit Dingen, die dir Spaß machen und bei denen du nicht an die Arbeit oder an den stressigen Alltag denkst. Neben Hobbies solltest du auch Ruhephasen in deine freie Zeit einplanen.

### **Tipp 2: Gesunde Ernährung stärkt die mentale Gesundheit**

Deine Ernährung wirkt sich ebenfalls nicht nur auf dein Wohlbefinden, sondern auf deine mentale Gesundheit aus. Die Rede ist dabei nicht von sogenanntem Comfort Food, welches dir lediglich für den Moment ein gutes Gefühl beschert, sondern von einer gesunden, ausgewogenen Ernährung. Eine kanadische Studie kam 2019 zu dem Ergebnis, dass beispielsweise bei Frauen wenig Gemüse und Obst in der Ernährung sowie sehr salzhaltige Produkte und Schokolade eine Depression fördern können.

Daraus lässt sich schließen, dass du mit einer gesunden Ernährung das Risiko, an einer Depression zu erkranken, senken kannst.

Neben vielen Vitaminen aus Obst, Gemüse und vollwertigen Getreideprodukten solltest du dafür ausreichend Omega-3-Fettsäuren zu dir nehmen.

### **Tipp 3: Bewegung für mentale Gesundheit**

Studien belegen, dass Sport positiv auf die Psyche und das Wohlbefinden wirkt. Wenn du dich bewegst, geschieht im Körper eine vermehrte Ausschüttung des Glückshormons Serotonin. Gleichzeitig baut dein Körper bei Bewegung das Stresshormon Cortisol ab. Nicht nur chemische Veränderungen finden statt, sondern auch negative Gedanken werden vertrieben, da die Aktivität im Kopf (im präfrontalen Cortex) gesenkt wird. Sport und Bewegung ist also super, um negative Gedanken zu vertreiben und deine körperliche und mentale Gesundheit zu steigern. Und wenn du mal ohne viel Action runterkommen willst, kann eine Meditation helfen.

### **Tipp 4: Zeit mit Freund:innen & Familie hält dich mental gesund**

Umgib dich mit Menschen, die dir guttun und die Optimismus ausstrahlen. Zeit mit Freund:innen und Familie ist bekannt als Stimmungsaufheller. Eine Studie von 2011 belegt, dass Aktivitäten mit Freund:innen Stress abbauen, die Gesundheit fördern, das Selbstwertgefühl verbessern und somit dein Wohlbefinden stärken können. Persönliche Treffen erhöhen den Effekt.

*Vielleicht hast du die ein oder andere Beziehung in deinem Umfeld, die dir viel Kraft raubt, statt dir Energie zu geben. Denn dein soziales Umfeld hat auch Einfluss auf deine mentale Gesundheit. Es kann der Moment sein, diese Freundschaft fair zu beenden.*

### **Tipp 5: Schlaf für die mentale Gesundheit**

Während des Schlafens erholt sich nicht nur dein Körper, sondern auch deine Psyche tankt neue Energie für den nächsten Tag. Schläfst du nicht ausreichend, sind dein Körper und deine Psyche nicht belastbar und anfälliger für Krankheiten.

Gelegentliche schlechte Laune oder Traurigkeit kennen wir alle, doch wenn du dich über einen längeren Zeitraum mental abgeschlagen, antriebslos oder traurig fühlst, solltest du unbedingt bei einem:r Expert:in nach Rat suchen. Ein Gang zu einem Psychotherapeuten oder einer Psychotherapeutin ist kein Zeichen von Schwäche, sondern von Stärke.

**Was Umarmungen bewirken.** Sie sind etwas Schönes. Sie bauen Vertrauen auf. und ein Gefühl der Sicherheit auf. Der Körper schüttet das Bindungshormon Oxytocin aus, wenn man umarmt. Umarmungen aktivieren bestimmte Gehirnareale und helfen, negative Stimmungen zu verändern, indem die genannten Wohlfühlhormone angekurbelt werden. Sie stärken auch das Immunsystem, weil die Thymusdrüse aktiviert wird.

Durch Senkung des Cortisolspiegels und des Blutdrucks lindern Umarmungen Stress und Anspannung. Auch Schmerzen können gelindert werden, weil Umarmungen Serotonin und Endorphine freisetzen. Wird ein Frühgeborenes umarmt, fördert dies sein Wachstum. Umarmungen verbinden uns mit unserer Fähigkeit zur Selbstliebe.

Durch Corona und Impfung (Shedding!) hat das leider aufgehört.

Eine Psychotherapeutin sagte einmal: Wir brauchen vier Umarmungen pro Tag, um zu überleben, acht um uns gut zu fühlen und 12 um innerlich zu wachsen.



Wer fliegen will, muss loslassen, was ihn runterzieht.“

**15.05 – 15.30**

Hausapotheke der Natur – Energetik Fachinstitut Angelika Doppelbauer

**15.35 – 16.00**

Bio Infrarot & Vitalpilze – Peter Tribus Paljari Italia

**16.05 – 16.30**

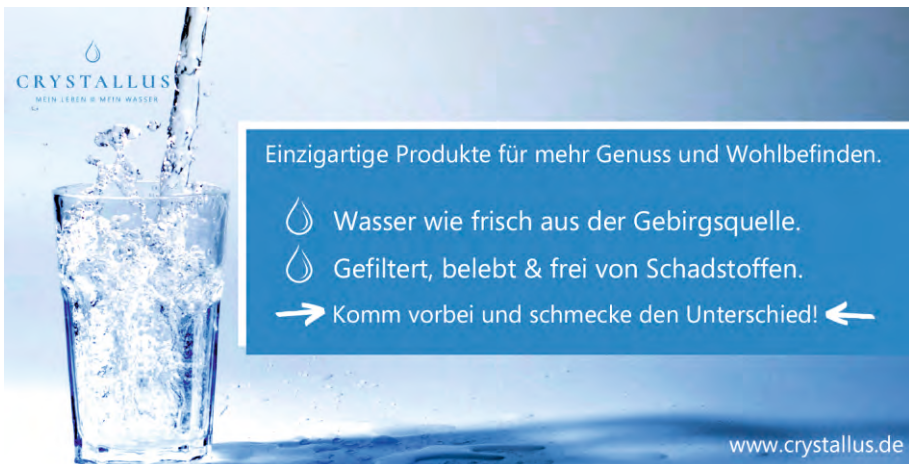
Begegne Deinen Mitmenschen auf Augenhöhe. Oftmals neigt der Mensch, zu seinen Mitmenschen herauf zu schauen, anstatt bei sich zu bleiben. Mangelnde Selbstsicherheit ist der Auslöser dieses Verhaltens. Dies kann der Beginn einer Abhängigkeit Deiner Mitmenschen sein. Begegne Deinen Mitmenschen auf Augenhöhe und Lebe frei - Corazon de Vida Carmen Mancosu Kübler

**16.35 – 17.00**

Lavylites – das Wunder aus Ungarn! Woher kommt unsere Energie, wie messen wir diese Energie? Alles ist Schwingung, wir sehen sie nicht... Was sind Bovis Einheiten? Produkte aus der Natur als Unterstützung bei der Regeneration auf Zellebene – Team Lavylites Südtirol

**17.05 – 17.30**

Entgiftung und Nahrungsergänzungsmittel Sind wir wirklich alle vergiftet? Wie schaden die Umweltgifte dem Körper? Wie kann ich dagegen steuern? Lohnt sich eine Entgiftung und wenn ja, welche Arten gibt es? Was ist der Unterschied zwischen aktiver und passiver Entgiftung? Durch Entgiftung zurück in die Gesundheit? Brauche ich wirklich Nahrungsergänzungsmittel und was können sie bewirken? Diese und weitere Fragen rund um das Thema Entgiftung und Nahrungsergänzungsmittel werden hier erläutert – Susanne Braun



**CRYSTALLUS**  
MEIN LEBEN IN MEIN WASSER

Einzigartige Produkte für mehr Genuss und Wohlbefinden.

- Wasser wie frisch aus der Gebirgsquelle.
- Gefiltert, belebt & frei von Schadstoffen.

→ Komm vorbei und schmecke den Unterschied! ←

[www.crystallus.de](http://www.crystallus.de)

Wenn Du heute aufgibst, wirst Du nie wissen,  
ob Du es morgen geschafft hast

### 17.35 – 18.00

Spüre die Kraft der Trommel. Am Körper die Schwingung zu fühlen, berührend, erdend, der Herzschlag von Mutter Erde - David Vögel

### 18.05 – 18.30

Super Patch - Die Gesundheit ist unser wertvollstes Gut - Veronika Egger

## Samstag, 16. Sept. | Raum 1

### 11.35 – 12.00

Finde in deine innere Balance! Körper, Geist und Seele sind eng miteinander verbunden und beeinflussen sich gegenseitig, sowohl positiv als auch negativ. Beginne damit, diese ins Gleichgewicht zu bringen! Ich zeige dir einfache Dinge auf, die du langsam in deinen Alltag integrieren kannst. Nach und nach wirst du sehen, wie sich deine allgemeine Gesundheit verbessert. Health Coach Rena Brockmanns

### 12.05 – 12.30

Helfen mit Energien. Ich verbinde mich medial mit dem Thema, der Sorge, der Person, dem Ort etc. und zeige Zusammenhänge und Lösungswege auf. Dies geschieht flexibel und auf energetischer Basis. Das kann durch das Klären alter Leben, durch Aura-Reinigung, Lösen von Besetzungen, Energien, Flüchen, Implantate etc. ... erfolgen. Engelsflügel austreichen.

Auch mit Demonstration vor Ort – Maximilian Schneider

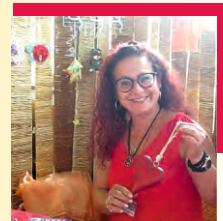
### 12.35 – 13.00

Einblicke in die Chakrenlehre. Bedeutung der 7 Haupt-Chakras (Energiezentren deines Körpers). Wie sehen sie aus und wie funktionieren sie? Wie kannst du deine Chakren reinigen und harmonisieren? In einer geführten Meditation üben wir anschließend Visualisierungstechniken um deine Energieblockaden zu beseitigen. Ich freue mich auf dich! Alles Liebe Barbara Wieser - Dipl. Pranatherapeutin, sensitive und mediale Energiearbeit, Klangenergetik



**Lebe frei  
von  
Blockaden**

Mit meiner Hellföhligkeit  
und der  
wertvollen Unterstützung  
aus dem Universum  
lebe und entdecke  
Dein wahres Selbst und Sein



I-39021 Goldrain-Latsch (BZ)

Krummweg / Via Storta 6

Mobil: +39 3488784748 | Privat: +39 0473 526 809

E-Mail: carmen@corazondevida.com

www.corazondevida.com

*In Liebe -*

*Corazon de Vida*

*Carmen Mancosu Kübler*

***Bin gerne für Sie da, auch bei Fragen zu Seminaren, Einzelsitzungen  
und Fernbehandlungen - Montag bis Freitag von 18.00 - 20.30 Uhr***

### 13.05 – 13.30

Was hat eine Zitrone mit deiner Zellerneuerung zu tun? Finde bei dieser kurzen Präsentation heraus, wie du deine Zellerneuerung unterstützen und dein Bewusstsein erweitern kannst! Was ist alles möglich? Team Lavylites Südtirol

### 13.35 – 14.00

Mit Aura- und Chakren-Zeichnungen Krankheiten verstehen, Heilung unterstützen und in Liebe leben – Adelheid Heggenstaller, Geistige Heilerin, Ausbilderin, Autorin

### 14.05 – 14.30

Die Kunst nicht aufzugeben. Bekanntlich sind die Geduld und Vertrauen, der Schlüssel auf unserem Lebensweg. Das Schnelllebige vor allem in unserer heutigen Gesellschaft, führt uns in eine „Sackgasse“ ohne Lichtblick. Resignation bis hin zur Depression sind oftmals die Folgen davon. Es gibt jedoch stets die Möglichkeit eine andere Route einzuschlagen ohne Aufzugeben. Ich zeige Dir mit einfachen Schritten, wie Du Deine Wünsche erreichen kannst - Corazon de Vida – Carmen Mancosu Kübler

### 14.35 – 15.00

Ätherische Öle für Stressausgleich – Energetik Fachinstitut Angelika Doppelbauer

### 15.05 – 15.30

Natumeda - Covi Clean Globuli. Ein Energie-Frequenz-Produkt aus der Quantenphysik. Die Urkraft des biologischen System / Frequenz im Körper in die Balance zu bringen nach Vaccin Implantierung. "Pflege Deine "Festplatte" die Urzelle deines irdischen Lebens. Die Speichelanalyse (Natumeda OR-Labor) macht sichtbar, wie der Körper empfindlich auf die dauerhaften "unbekannten Nebenwirkungen" reagiert. Ausleitungsverfahren aus über 40 jähriger Praxiserfahrung in der Naturheilkunde erwarten Sie.

#### **Die Macht deines Unterbewusstseins**

*Warum hat unser Unterbewusstsein so viel Macht über uns?*

*Ungefähr 3 % unserer Handlungen sind bewusst, die anderen 97 % laufen unbewusst und automatisch ab.*

*Du denkst nicht darüber nach wie du atmest, oder?*

*All deine Gewohnheiten laufen auf Autopilot. Unser Unterbewusstsein steuert uns.*

*Das heißt aber nicht, dass unser Ego und unser Wille schwach sind.*

*Es bedeutet aber anzuerkennen, dass da eine Macht ins uns existiert, die viel stärker ist.*



#### **Programmiere Dich auf Erfolg!**

Was Du denkst, das bist und fühlst Du.  
Was Du bist und fühlst, strahlst Du aus.  
Was Du ausstrahlst, ziehst Du an.  
Was Du denkst, widerfährt Dir also.  
Achte deshalb gut auf Deine Gedanken.  
Sie sind der Samen, aus dem die Erfahrungen Deines Lebens hervorgehen.

### **15.35 – 16.00**

Entgiftung und Nahrungsergänzungsmittel Sind wir wirklich alle vergiftet? Wie schaden die Umweltgifte dem Körper? Wie kann ich dagegen steuern? Lohnt sich eine Entgiftung und wenn ja, welche Arten gibt es? Was ist der Unterschied zwischen aktiver und passiver Entgiftung? Durch Entgiftung zurück in die Gesundheit? Brauche ich wirklich Nahrungsergänzungsmittel und was können sie bewirken? Diese und weitere Fragen rund um das Thema Entgiftung und Nahrungsergänzungsmittel werden hier erläutert – Susanne Braun

### **16.05 – 16.30**

Das Wort – Liebe – was bewirkt es bei dir? Workshop & Heilmeditation Ulla Jasmin

### **16.35 – 17.00**

Engelmeditation - Du möchtest neue Bewusstseinsräume in dir öffnen? Du möchtest heilsame Einsichten in dein Leben bekommen? Ich führe dich durch eine Meditation mit Engelbotschaften. Wir treffen uns im Seminarraum und empfangen die wohltuenden lichtvollen Schwingungen der Engel, um wieder unsere Mitte zu finden und neue Kraft zu tanken. Die Meditation wird unter anderem von Kristallklangschaalen begleitet. Ich freue mich auf dich! Alles Liebe Barbara Wieser

- Dipl. Pranatherapeutin, sensitive und mediale Energiearbeit, Klangenergetik

### **17.05 – 17.30**

Meditation als Friedensbote im Körper und im Gesellschaftsleben – Agnes Knottner

## **Sonntag 17. Sept. | Raum 1**

### **11.35 – 12.00**

Super Patch - Die Gesundheit ist unser wertvollstes Gut - Veronika Egger

### **12.05 – 12.30**

Finde in deine innere Balance! Körper, Geist und Seele sind eng miteinander verbunden und beeinflussen sich gegenseitig, sowohl positiv als auch negativ. Beginne damit, diese ins Gleichgewicht zu bringen! Ich zeige dir einfache Dinge auf, die du langsam in deinen Alltag integrieren kannst. Nach und nach wirst du sehen, wie sich deine allgemeine Gesundheit verbessert. Health Coach Rena Brockmanns

### **12.35 – 13.00**

Heiler der Neuen Generation. Eine Heilkunst, die Körperwissen und geistiges Heilen verbindet. Erfahren und erleben Sie, wie diese Arbeit wirkt. Mit Übungen zum „Himmeln“ und „Erden“. Außerdem wird es Informationen über die Heilerausbildung geben und darüber, für wen diese geeignet ist.

– Adelheid Heggenstaller, Geistige Heilerin, Ausbilderin, Autorin

### **13.05 – 13.30**

Vom Automatismus zum bewussten Handeln mit Wirkstoffen aus der Natur – Energetik Fachinstitut Angelika Doppelbauer

Fehler und Änderungen vorbehalten

„Du siehst die Welt nicht so wie sie ist, du siehst die Welt so wie du bist.“ (Mooji)

### 13.35 – 14.00

Mehr Bewusstsein durch die Aktivierung der Zirbeldrüse: Die Zirbeldrüse verbindet uns mit unserer Intuition und steuert Zellerneuerung, Hormone und Stoffwechsel. Es ist nicht nur möglich, der Verkalkung der Zirbeldrüse entgegen zu wirken, sondern auch den Zugang zu unserem innewohnenden Potential zu fördern

– Team Lavylites Südtirol

### 14.05 – 14.30

Die Ungeduld in Beziehung. Die meisten Menschen wünschen sich eine liebevolle Beziehung zu einem Menschen...ein Ankommen. Vor allem anfänglich einer Beziehung neigen wir dazu, vieles zu schnell beim Partner zu Erkunden. Dabei werden wir ungeduldig und bemerken nicht, dass wir mit dieser Haltung keinen Freiraum zum Partner schaffen. Dies kann dazu führen dass die „Liebesflamme“ bald wieder erlischt dies bedeutet, die Beziehung wird beendet. Schaffe Freiraum und bleib geduldig, so blüht eine Beziehung jeden Tag von neuem auf. Ich helfe Dir - Corazon de Vida – Carmen Mancosu Kübler

### 14.35 – 15.00

Wie dich Ätherische Öle im Alltag unterstützen können - Thomas Watzl

### 15.05 – 15.30

Natumeda - Covi Clean Globuli. Ein Energie-Frequenz-Produkt aus der Quantenphysik. Die Urkraft des biologischen System / Frequenz im Körper in die Balance zu bringen nach Vaccin Implantierung.

"Pflege Deine "Festplatte" die Urzelle deines irdischen Lebens. Die Speichelanalyse (Natumeda OR-Labor) macht sichtbar, wie der Körper empfindlich auf die dauerhaften "unbekannten Nebenwirkungen" reagiert. Ausleitungsverfahren aus über 40 jähriger Praxiserfahrung in der Naturheilkunde erwarten Sie.

### 15.35 – 16.00

Bio Infrarot & Vitalpilze – Peter Tribus Paljari Italia

### 16.05 – 16.30

Entgiftung und Nahrungsergänzungsmittel Sind wir wirklich alle vergiftet? Wie schaden die Umweltgifte dem Körper? Wie kann ich dagegen steuern? Lohnt sich eine Entgiftung und wenn ja, welche Arten gibt es? Was ist der Unterschied zwischen aktiver und passiver Entgiftung? Durch Entgiftung zurück in die Gesundheit? Brauche ich wirklich Nahrungsergänzungsmittel und was können sie bewirken? Diese und weitere Fragen rund um das Thema Entgiftung und Nahrungsergänzungsmittel werden hier erläutert – Susanne Braun



# Energetika

GESUNDHEITSMESSE ● FREUDE AM LEBEN

## SCHLANDERS

*im Vinschgau*

\* NATUR GESUNDHEIT WELLNESS \*



Wir  
freuen  
uns  
auf Sie

EINTRITT  
**FREI!**

**15. - 17. September**

Das Schöne an Messen ist,  
dass man nicht nur unzählige Eindrücke gewinnt,  
sondern auch tolle Anregungen  
und Ideen aufnimmt.