



Naturheilverein Bodensee

www.naturheilverein-bodensee.com

Mitglieder-Zeitung
Ausgabe 3
Dezember 2023

Ein frohes und besinnliches Fest und Alles Gute für 2024.



Liebe Mitglieder,

...und wieder geht ein Jahr zu Ende.

Ich sitze gerade hier in der warmen Stube, der erste Schnee ist leider schon wieder fast weg. Für mich persönlich war es ein interessantes Jahr und auch bei uns im Verein hat sich einiges getan:

- Seit Jahresbeginn haben wir eine neue Webseite und ein neues Logo.
- Nach längerer Pause konnten wir endlich wieder unsere Naturheiltage in Wangen-Deuchelried platzieren, die sich sehr erfolgreich gestalteten.
- Die Vorbereitungen für die Naturheiltage im Mai 2024 laufen bereits.
- Auch die Wiederbelebung eines regelmäßigen Gesundheitsstammtisches im Eulenspiegel in Wasserburg ist uns recht gut gelungen.

- Die Erstellung und Gestaltung der Newsletter und Mitgliederzeitung erfordert immer wieder viel Zeit und neue Ideen. Herzlichen Dank für Eure bereichernden Text-Beiträge.
- Wir präsentierten uns als Naturheilverein auch in diesem Jahr wieder bei den Gesundheitstagen in Friedrichshafen mit einem Messestand.

Für ihren Einsatz in diesem ereignisreichen Jahr möchte ich mich herzlich bedanken bei meinem Team: Michaela Till, Joachim Kaiser, Arne Sturm und Irene Wagner.

Auch unserer Redakteurin Dagmar Heib und unserem Sponsor Andreas Bendel von der Medieninsel Lindau ein herzliches Dankeschön für die hilfreiche Unterstützung.

Wir vom Vorstand wünschen allen Mitgliedern ein frohes und besinnliches Weihnachtsfest und ein gesundes neues Jahr und würden uns sehr freuen, Euch beim **Jahresauftakt am 14.01.2024** (Seite 3) im „Brennerwirt“ in Neuravensburg zu begrüßen und zu hören, wie Eure Pläne und Wünsche für 2024 sind.

Euer Leo Pachole
1. Vorsitzender

Inhalt

In dieser 3. Ausgabe unserer Mitglieder-Zeitung finden Sie folgende Artikel & Informationen:

Seite 02:

Matrix Impuls Methode trifft Numerologie.

Seite 04:

Hochsensibilität: Was verbirgt sich hinter diesem Thema?

Seite 06:

Ganzheitliche Sicht auf Dein Leben.

Seite 08:

Gesundes Wasser über Quantenbefeldung.

Seite 09:

Gesundheit → Krankheit

Seite 10:

Termine und Ausblick

Naturheiltage

Fr. - So. 03. - 05. Mai 2024

Im Dorfgemeinschaftshaus 88239 Wangen-Deuchelried
Fr. 14 - 20 Uhr, Sa./So. 9 - 18 Uhr · Eintritt: 5 €/ Tag
NHV-Mitglieder, Kinder, Jugendliche: Freier Eintritt
Vorträge & Ausstellung rund um ganzheitliche Gesundheit
Kuchen · warme Speisen · Verlosung mit attraktiven Preisen
www.naturheilverein-bodensee.com





Matrix Impuls trifft

Der Begriff Matrix elektrisiert und fasziniert vor allem jene Menschen, die auf der Suche sind, nach Erkenntnis, nach Selbstfindung und nach einer lebenswerten Welt. Der Begriff elektrisiert, da wir dahinter eine Wahrheit erahnen, die uns auf unserer Suche weiter bringen und uns der Erfüllung unserer tiefsten Sehnsüchte näher bringen kann.

Wo uns unsere Suche hinführt und wo unsere Sehnsüchte eigentlich liegen, das erkennen wir, wenn wir unsere Ängste, Blockaden, fremdbestimmte Suggestionen und unsere hindernden Glaubenssätze loslassen und an unser wahres Potential kommen.

Es sei auch darauf hingewiesen, dass dieses Eintauchen in die wahre, ureigene Matrix ein „gefährliches“ Unternehmen ist, denn das Erkennen des eigenen Potentials und Lebensplanes stellt unsere bisherige Lebensweise und Denkmuster auf allen Ebenen in Frage. Das Erkennen der eigenen Matrix eröffnet uns allerdings einen Weg in ein erfüllendes, begeisterndes

und vor allem faszinierendes und auch glückliches Leben.

Von Beginn der Zeugung an, sind wir in einem der sensibelsten, beglückendsten, aber auch verwundbarsten Entwicklungsräume. Wir alle haben diese Zeit erlebt, tragen sie in uns. „Sie wirkt. Mehr als wir meinen und erahnen.“ (Reiter 2009: 107). Unsere Zellen sind in der Lage, Emotionen zu speichern. Das bedeutet, bereits im vorgeburtlichen Zustand haben Ereignisse, die die Mutter erlebt, Einfluß auf das Zellbewußtsein des Embryos und steuern von da an auch alle späteren Entscheidungen und Handlungen mit. Das in der Urmatrix angelegte Potential wird somit ständig beeinflusst von Emotionen und Erlebnissen und an der Entwicklung behindert.

Die **Matrix Impuls Methode** hat sich in den letzten Jahren zu einem der interessantesten Werkzeuge für persönliche Veränderung entwickelt um auf diese Hindernisse zugreifen zu können.

Die grundlegende Technik von **Matrix Impuls** bildet die sogenannte 2-Punkte-Methode, erklärbar mit dem

Doppelspalt-Experiment. <https://www.youtube.com/@Quantenwelt>

Hier nur kurz erklärt: Bei einer Matrix Impuls-Anwendung wird das zentrale Element der Quantenphysik wie im Experiment gezeigt wird, angewendet. Licht und Materie, die gleichzeitig Wellen- und Teilcheneigenschaften haben, werden über die 2-Punkte-Methode und entsprechenden Gedankenimpulsen in Bewegung gesetzt und im nichtbeobachteten Moment bewirken sie eine Neuorganisation im System des Klienten, und zwar so, wie es zum besten Wohle und seiner persönlichen Urmatrix entspricht. Auf diese Art und Weise können spätere Erlebnisse, Ängste u.v.m. die sich im Zellgedächtnis gespeichert und aufgebaut haben, losgelassen, neutralisiert werden.

Diese relativ einfache, schnelle und nachhaltige Vorgehensweise wird inzwischen bei einer Vielzahl von Themen erfolgreich angewandt:

- Alle Art von Ängsten (z.B. Flugprüfung-Schulangst)
- Partnerschaftliche und berufliche Konflikte
- Selbstheilungskräfte aktivieren
- Klarheit wer bin ich, was will ich, welches Leben führe ich
- Visionen und Träume in die Realität bringen
- Den eignen Selbstwert erkennen und glücklich Leben
- Bedingungslose Liebe leben

Da die Matrix Impulsanwendung größtenteils nonverbal abläuft, d.h. die Impulse geschehen ohne eine Erklärung dazu, sozusagen im Unterbewußtsein, hat mir die **Numerologie** einen perfekten Weg gezeigt, bestimmte Programme denen jemand irrtümlich gefolgt ist, sichtbar und erklärbar zu machen.

www.naturheilverein-bodensee.com

..... Numerologie

Über die Quersumme des Geburtsdatums wird die Lebenswegzahl errechnet und zeigt auf, welches Grundpotential jemand mitbringt, welche Stärken und Schwächen. Welche Erfahrungen waren in den ersten Lebensjahren zu bewältigen und welchen äußeren Herausforderungen muß(te) sich die Person im Leben stellen.

Mit der Kombination dieser 2 Vorgehensweisen lassen sich so wohl Geist wie auch Seele abholen und miteinander verbinden. Wenn Kopf und Herz eins sind, entsteht neues Bewußt-Sein und das Vertrauen, seinen Intuitionen zu folgen. Es entsteht eine kraftvolle Einheit, mit der das Leben und Umfeld in Richtung Seelenplan verändert wird.

„Wir beherrschen bereits die Energien des Windes, der Meere und der Sonne. Doch an dem Tag, an dem der Mensch mit der Energie der LIEBE umzugehen weiss, wird dieses so revolutionäre Veränderungen bringen, wie einst die Entdeckung des Feuers.“

All dieses Wissen gebe ich gerne in meinen Seminaren und Workshops weiter, denn es ist mir ein Herzenswunsch, Menschen in ihre wahre Bestimmung zu begleiten.

Lernen sie mich und meine Arbeit gerne bei einem Einzeltermin kennen und entscheiden sie dann ob wir den Weg gemeinsam gehen.

Ulrike Frommknecht

Kemptener Str. 12b
88138 Hergensweiler

www.matriximpuls.com
info@matriximpuls.com

mobil: +49 170 811 1035

Egal an welchem Punkt sie in ihrem Leben stehen, mit dieser kombinierten Anwendung fällt es leicht, Hinderliches loszulassen, und das Neue für sich Nützliche anzunehmen. Das sind die ersten Schritte zu mehr Frieden im Inneren. Herrscht Frieden in mir, spüre ich die Liebe zu mir, spiegelt es sich in meiner Außenwelt. So kann durch jede persönliche Veränderung hin zu mehr Selbstliebe, eine neue liebevollere Welt entstehen. Mir ist es wichtig mit meiner Arbeit zu mehr Liebe und Achtsamkeit beitragen zu können.

Die Gedanken von **Teilhard de Chardin** passen zu meiner Ideologie für Weltfrieden:



Aufrechter • Beweglicher werden
Schmerzfrier • Entspannter sein



Praxis für Faszientherapie

Ich sorge für Ihre Beweglichkeit - von Kopf bis Fuß.

Dr. rer. nat.

Arne Sturm



+49 (0) 176 / 31 35 03 07

www.faszien-bodensee.de

Wolfgangstr. 12, 88239 Wangen

kontakt@faszien-bodensee.de



Naturheilverein Bodensee

lädt alle Mitglieder ein

Jahresauftakt

am Sonntag

14. Januar 2024

17 Uhr



"Zum Brennerwirt"

Engetsweiler 2

D-88239 Neuravensburg

Telefon 07528 / 9751672

www.brennerwirt.com



Naturheilpraxis und Augenschule

Behandlung von Augen- erkrankungen wie:

- Makula
- Grüner Star
- Retinitis Pigmentosa
- Trockene Augen

Biologische Krampfaderentfernung
mit Kochsalzlösung – ohne Narkose
und Narben.

Naturheilpraxis Alternativ Therapien

Heilpraktiker Leo Pachole
Kreuzhofstraße 2

D - 88161 Lindenberg

Tel. 0049 838188 98 981

E-Mail: info@alternativ-therapien.eu

www.alternativ-therapien.de

Vereinbaren Sie noch heute einen
Beratungstermin.



Ganzheitliche Sicht auf Dein Leben.

Vitale Nahrung
10 Tage Transformation
Farblich-Punktur
Reflexzonen-Harmonisierung
Kommunikation – Counseling
Prozessbegleitung
Aktive Meditation
Vorträge - Workshops

WIRKEN

Verein für eine Kultur der WERTE
und des WIRKENS.

Dagmar Kogler – Obfrau
+43 699 1075 4828

A-6800 Feldkirch, Dorfstraße 5/13
www.dagmar-angelis.at
info@dagmar-angelis.at

Hochsensibilität: Was verbirgt sich hinter diesem Thema?

In den letzten Jahren ist der Begriff "Hochsensibilität" zunehmend in den Fokus der Öffentlichkeit getreten.

Doch was verbirgt sich eigentlich hinter dieser Bezeichnung? Zuallererst: Hochsensibilität hat nichts mit "Heul-susen" oder "Weicheiern" zu tun. Viel mehr haben Menschen mit diesem Persönlichkeitsmerkmal eine besondere Art der Reiz- und Informationsverarbeitung. Und, die Verbreitung in der Bevölkerung ist größer als vermutlich viele erwarten würden – sie liegt bei 15-20%, sprich jeder 5. Mensch ist hochsensibel.

Entdeckung und Ergründung: Die Hochsensibilität im Fokus der Forschung

Die Wurzeln des Konzepts „Hochsensibilität“ basieren auf den Arbeiten von Dr. Elaine Aron, einer US-amerikanischen Psychologin. Ihre bahnbrechenden Studien haben dazu beigetragen, den Begriff „Highly Sensitive“ zu Deutsch „Hochsensibilität“ zu definieren, und das Verständnis dafür in Kreisen der Wissenschaft und der Bevölkerung zu vertiefen. Dr. Aron erkannte, dass Menschen mit diesem, in den allermeisten Fällen genetisch bedingtem Merkmal, eine erhöhte Wahrnehmung gegenüber Reizen und eine tiefere, intensivere Verarbeitung von Informationen aufweisen.

Facetten der Hochsensibilität: Eine Vielfalt an Empfindungen und Wahrnehmungen

Es ist wichtig zu betonen, dass Hochsensibilität eine äußerst individuelle Eigenschaft ist. Daher können die Erfahrungen von hochsensiblen Personen variieren, und nicht jeder hochsensible Mensch wird alle dieser Empfindungen gleichermaßen erleben. Sensibilität ist ein Kontinuum mit vie-

len Zwischenstufen und unterschiedlichen Ausprägungen.

Sensibilität in Hochform: Einige Cha- rakteristika der Hochsensibilität

Hochsensible Personen (HSP) haben z.B. eine spezielle Fähigkeit, Sinneswahrnehmungen auf einer tieferen Ebene zu erleben und zu verarbeiten. Diese intensive emotionale Wahrnehmung geht einher mit einer stark ausgeprägten Empathie, die es HSP ermöglicht, sich außergewöhnlich gut in die Gefühlswelt anderer Menschen zu versetzen.

Die Fähigkeit zur tiefen Reflexion und Analyse ist ein weiteres charakteristisches Merkmal von HSP. Sie neigen dazu, Situationen nicht oberflächlich zu betrachten, sondern sich intensiv mit ihnen auseinanderzusetzen. Besonders beeindruckend ist auch die Feinfühligkeit von HSP gegenüber ihrer Umgebung. Feinste Nuancen und Details entgehen ihnen nicht, was ihnen ein besonderes Verständnis für ihre Umwelt verleiht. Etwa im beruflichen Umfeld kann sich dies durchaus vorteilhaft auswirken.

Darüber hinaus zeichnen sich HSP oft durch einen Sinn für Ästhetik und kreative Begabung aus, die ihnen eine einzigartige Möglichkeit bieten, ihre inneren Reichtümer auf gestalterische Weise auszudrücken. Diese kreative Sensibilität ist eine wunderbare Bereicherung.

Die Kehrseite ist, dass HSP anfällig für Überstimulation sind. Da ihre Filter schwächer ausgeprägt sind Dinge auszublenzen, so sind bei ihnen z.B. Unruhe, Lärm oder schlechte Stimmung oftmals Auslöser für Stress, während andere Menschen sich in diesem Um-



Foto von Aleksandr Ledogorov auf Unsplash

feld rundherum wohlfühlen und nichts davon als störend empfinden.

Häufig besteht auch eine erhöhte Empfindsamkeit gegenüber Sinneseindrücken. Es können starke Reaktionen auf Licht, Geräusche, Gerüche oder Geschmacksnoten sowie Berührungen auftreten.

Herausforderungen der Hochsensibilität

Hochsensibilität birgt viele wunderbare Qualitäten, jedoch auch Schattenseiten. Schnell ist eine Reizüberflutung möglich, die eventuell zu Erschöpfungszuständen, Überforderung, Geiztheit und Ausgebranntsein führt. Zudem werden starke Emotionen oft intensiver erlebt, was mitunter die Entspannung erschwert. Auch die tiefe Selbstreflexion, die bereichernd sein kann, führt bisweilen zu einer übermäßigen Grübelei.

Von Reizüberflutung und Erschöpfung:

Wenn einmal doch alles zu viel wird

Es gibt Hilfe in Form von Fachleuten, die sich auf Hochsensibilität spezialisiert haben. Sie können dabei helfen, Hochsensibilität besser zu verstehen und anzunehmen, um damit mehr Selbstakzeptanz zu erreichen. Auch individuell angepasste Strategien mögen hilfreich sein, die eher schwächeren Anteile der Hochsensibilität besser zu meistern. Eine gestärkte Resilienz ermöglicht es, mit schwierigen Situationen umzugehen und die eigenen Ressourcen zu nutzen.

Zudem unterstützen Fachleute dabei, effektive Methoden zur Selbstfürsorge zu entwickeln, um die eigene Balance zu erhalten und die Bedürfnisse sowie Grenzen der hochsensiblen Person gegenüber dem Umfeld klar zu kommunizieren.

Wenn Sie sich in diesem Artikel wiedererkannt haben und Unterstützung im Umgang mit Ihrer Hochsensibilität suchen, stehe ich Ihnen gerne zur Seite.

Mein Name ist **Antje Franz** und ich bin Heilpraktikerin für Psychotherapie mit Praxisraum im Lea Vitalhaus in Niederwangen im Allgäu und Weitnau. Zudem bin ich Fachberaterin für Hochsensibilität, Resilienz Trainerin und biete des Weiteren EMDR-Therapie sowie Klangmassagen zur Entspannung an.

Weitere Informationen und Kontaktmöglichkeiten finden Sie auf meiner Website: www.antje-franz.de

ANTJE  FRANZ

Heilpraktikerin für Psychotherapie



Ihre Gesundheits- und Wohlfühlpraxis in Wangen



Stoffwechselpraxis
Jacqueline Spieler

Ernährungs- & Gesundheitsberatung
Kinesiologie

R.E.S.E.T.Kiefergelenkbalance

Dorn-Anwendung

Massagen:

- Breuß
- klassisch Ganzkörper
- Triggerpunkt
- Handreflex



Kostenloses Informationsgespräch und Terminvereinbarung unter

www.stoffwechselpraxis.eu

info@stoffwechselpraxis.eu

☎ 07522 - 91 31 77



medieninsel

**Grafik
Corporate
Design
Praxis-
Schilder
Druck
Raumge-
staltung**

medieninsel.com

Ganzheitliche Sicht auf Dein Leben.

Kann es sein, dass wir das Vertrauen verloren haben, selbst zu wissen, was für uns gut ist? Haben wir zu viele Entscheidungen abgegeben und die Heilsamkeit der Natur vergessen? Es könnte wahrscheinlich sein, dass der ganze Fortschritt, chemische Substanzen, welche uns zugemutet werden, wenig zur Lösung unserer Befindlichkeiten beitragen.

Einen tiefen inneren Wunsch entstehen zu lassen, einen Weg in Richtung Lösung zu gehen, wird zu einem bestimmten Zeitpunkt unerlässlich sein. Ein tiefes inneres Bedürfnis wird ein Drängen hervorbringen, welches uns für Veränderungen und Korrekturen im ganzen Sein öffnen wird. Es wird Lust machen, einer neuen Art, dem Leben begegnen, offen zu werden. Die Zeit ist **JETZT**.

Lösungen sind auf verschiedenen Ebenen möglich – alle Seins-Bereiche zusammen **WIRKEN** zu lassen, führt uns auf unserem Weg in eine heilsame Richtung.

Sind unsere Lebensbedingungen toxisch geworden?

Bleiben wir zunächst einmal bei chemischen Substanzen. Wir finden diese mittlerweile überall. In den Lebensmitteln, im Wasser, in der Luft. Und um der Ganzheitlichkeit gerecht zu werden, dürfen wir auch beachten, wo destruktives Handeln und vergiftende Gedanken zur Alltäglichkeit geworden sind. Bewusst und unbewusst. Wo ist das Leben eine ständige Reaktion geworden auf etwas im Außen? Wo folgen wir einem ständigen Beschäftigt-Sein und können die Impulse aus dem tiefsten Inneren, für ein harmonisch **WIRKSAMES** Leben, wenig wahrnehmen?

Die Reinheit Deiner Nahrung bestimmt die Qualität Deines Lebens.

Zuerst wollen wir uns die Situation anschauen, wie Nahrung auf unser Leben **WIRKT**. Nahrung wird im

Stoffwechsel = Transformation, in Information umgewandelt. Also je reiner die Nahrung, umso klarer und wirksamer wird die Information sein, welche dann dem System zur Verfügung steht.

Es wird notwendig sein das Suchtverhalten zu beleuchten, welches als solches wenig so wahrgenommen wird. Eine der größten Gewohnheiten ist wohl die Zuckersucht. Auf die Vielfalt der Tatsache, wie Zucker, Süßstoffe und viele andere Zusatzstoffe und Substanzen in unsere Lebensmittel eingebracht werden, möchte ich hier nicht näher eingehen. Die Kreativität, wie und in welchem Ausmaße dies geschieht, ist beachtlich und im gleichen Maße bedauerlich.

Wollen wir wahrhaftig uns für eine bessere Qualität der Gesundheit einlassen, wird es unerlässlich sein, sich für **reine und natürliche Nahrung** zu entscheiden. Eine Hinwendung zu Nahrung, die eine vielleicht vergessene Vitalität in uns hervorbringt.

Vitalnahrung kann einen großen Beitrag leisten und eine lebendige **WIRKUNG** entfalten. Ganz im Besonderen eine 10 Tage Transformation. Lass Deine Nahrung Dein Heilmittel sein. - Hippokrates

Ein gesunder Lebensstil.

Ein gesunder Lebensstil bedingt eine gute Balance zu haben in Aktivität und Ruhe. Vom Arbeitsstress in den Freizeitstress zu verfallen, möchte ich wenig als Balance bezeichnen. Ein entspannender Spaziergang an der fri-



schon Luft mit einer bewussten tiefen Atmung und einer Präsenz in dem, was gerade passiert zu sein, wird erholend und belebend **WIRKEN**. Wo bei es nicht ausgeschlossen ist, hier auch neue Grenzen zu erforschen in einer Betätigung, die mich fordert. **Fordern** ist auch gleichzeitig **fördern**. Doch immer das persönliche Maß zu finden – ja - das ist eine Herausforderung. Die persönlichen Bedürfnisse zu kennen, bringt auf den Weg. Weniger dem folgen, was gerade in Mode ist, was alle anderen auch tun. Das tun, was wirklich sein möchte, wohl tut und heilsam **WIRKT**.

Auch die Sprache WIRKT.

Wörter haben **WIRKUNG**. Jeder Laut, der als Stimme das System verlässt, löst eine Welle aus. Auch Unausgesprochenes – also Gedanken. Die Qualität dieser Welle bestimmen wir



selbst. Wie **WIRKEN** die Worte, welche verwendet werden? Welche **WIRKUNG** entfalten die Gespräche, welche wir führen oder an denen wir teilnehmen? Ist es erdrückend, erniedrigend oder erheben und heilsam, was wir sprechen? Welche **WIRKUNG** hat es auf mich und auf mein Umfeld. Ja – es **WIRKT** immer in alle Richtungen. Selbst der Gesang der Vögel **WIRKT** heilsam auf uns – der Klang des Universums. Werden wir durch Lärm und ständige Beschallung davon abgeschnitten?

Die Macht der Stille.

Können wir Stille noch aushalten? Zuerst kann es schwierig sein. Es bedarf Übung. Unter Übung verstehe ich es einfach zu tun. Täglich – regelmäßig – beständig. Und wir können sicher sein – es wird **WIRKEN**. Oft wird Meditation so verstanden,

dass man etwas Bestimmten folgen muss. Meditation entdecken, indem wir einfach Beobachter werden. Einfach schauen, was da ist. Ohne zu bewerten und verurteilen. Neutral betrachten. Die Entdeckungen, welche möglich sein werden, können auch schmerzhaft sein – ein heilsamer Schmerz. Es lohnt sich – es wird **WIRKEN**.

Die Bereiche verbinden.

Tägliche Aufmerksamkeit schenken - allen Bereichen - wird wunderbare Veränderungen hervorbringen. Und zwar Veränderungen, welche ganz **persönliche** Qualitäten hervorbringen. Die **Nahrungszufuhr** korrigieren – Dein Mikrobiom in Ordnung bringen – Darm gesund – Gehirn gesund. **Atmung** und Bewegung zu vertiefen. Die **Ausdrucksweise** einer dienlichen **WIRKUNG** anpassen, in der Stille die Gedanken erforschen.

All dies wird zu Veränderungen in eine lebenswerte und **liebenswerte** Seinsform führen. Und alles miteinander in einer **aktiven Meditation** zu vereinen, belebt jede Zelle mit Sauerstoff, mit Lebendigkeit – mit Ankommen bei Dir. Und somit automatisch im **Herzen** zu **SEIN**.

Lass uns miteinander **WIRKEN**.

WIRKEN

Verein für eine Kultur der WERTE und des WIRKENS.
Dagmar Kogler – Obfrau
www.dagmar-angelis.at



MICHAELA TILL

Astrologische Persönlichkeitsanalyse



Das Geburts-
horoskop sagt
etwas über die
Persönlichkeit aus
und macht Stärken,
Schwächen und
Herausforderungen im
Leben transparent.

- Psychologische Astrologie
- Integrative Psychotherapie
- 1 x im Monat Abendgruppe (einzeln buchbar)
- Einführungskurs in Astrologie
- Begleitung in Krisen und herausfordernden Situationen

Heilpraktikerin für Psychotherapie
Michaela Till

D- 88131 Lindau am Bodensee
www.michaela-till.de

Schlechter Schlaf? Kopfschmerzen? Erschöpfung?

Mögliche Ursache: Ihr Schlafplatz

Erholsamer Schlaf wird gestört durch:

- Elektromog-Strahlung wie Mobilfunk (5G-Netz etc.)
- WLAN
- Bluetooth
- DECT-Telefone
- Radiowecker
- Haushaltsstrom etc.

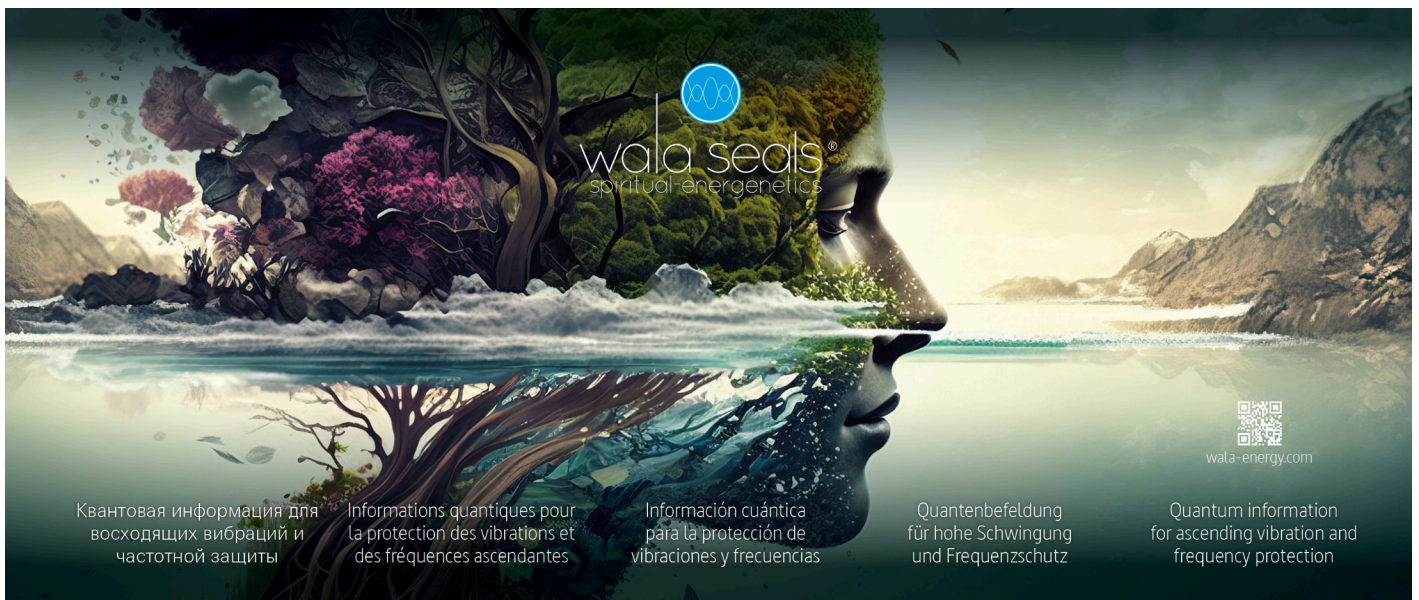
Lassen Sie Ihren Schlafplatz untersuchen! Es gibt einfache Lösungen, die sofort helfen.

Kostenloses Erstgespräch mit dem Experten



**Baubiologe
Joachim Kaiser**
88239 Wangen
im Allgäu
07522 / 931 97 85
kaiser-at-home.de

at home



Stärkung mit dem positiven Bewusstsein der Schöpfung über Quantenbefeldung – mit wala siegel® WASSER

Rasante technologische Entwicklungen verursachen u.a. elektromagnetische Felder im Auto, belasten durch Dauerbestrahlungen mit Funknetzen, Handys, Bildschirme und W-Lan Router, denaturalisieren unsere Nahrung durch das Kochen mit Induktionsherd, belasten unser Trinkwasser mit Schadstoffen und Informationen.

Hochwertiges Wasser zu trinken ist der erste und wichtigste Baustein einer gesunden Lebensweise!

Das **Institut für Gesundes Wasser** mit Sitz in Hörbranz, Vorarlberg ist ein gemeinnütziger und wohlthätiger Forschungs,- und Bildungsverein. Im Zentrum der Forschung steht Trinkwasser.

Gesundes Wasser - möglichst aus dem Wasserhahn - ist günstig und hilft der Umwelt: lange Lieferketten werden überflüssig, Millionen von PET-Flaschen eingespart. Was es braucht, ist eine einfache, kostengünstige Lösung, unser Leitungswasser zu verbessern!

Eine Antwort zu den Herausforderungen scheint das **wala siegel® WASSER** zu sein.

Wala Siegel sind kleine flache Aufkleber mit Durchmesser von 15 mm, die man selbst auf verschiedene Gegenstände, beim Trinkwasser auf einen Wasserhahn, aufklebt. Beim Kontakt übertragen Wala Siegel dann dauerhaft seine positiven spirituellen Kräfte.

Am besten lasse ich 2 Forschungsteilnehmer sprechen:

Seit gut 3 Monaten verwenden wir die Wala Siegel Wasser. Ich spüre, wie gut das Wasser meiner Haut tut. Bin nur begeistert. Es ist so, als ob Wala Wasser meine Haut schützt. Es fühlt sich weich an und schmeckt angenehm beim Trinken. Obst und Gemüse, das wir mit diesem Wasser waschen, schmeckt besser und auch die letzte Hühnersuppe war die Beste, die wir je hatten.... K.S. aus Wolfurt

Seit einigen Wochen klebt das Wala Wasser Siegel an allen Armaturen in unserer Wohnung. Die Wirkung ist grandios. Es fiel mir schon immer schwer, pures Leitungswasser zu schlucken – ich musste es runterwürgen. Das Wala behandelte Wasser trinkt sich leicht, fühlt sich unsagbar weich

an. Ich trinke seit vielen Jahren wieder Leitungswasser!!! Dann der unglaubliche Effekt beim Duschen und Baden. Haut und Haare sind danach geschmeidig und weich – ganz ohne Conditioner. Dies wirkt sich auch positiv auf mein Psoriasis Hautproblem aus. Die Schuppenbildung hat sich stark reduziert. Herzlichen Dank! A.W. aus Hohenems

wala siegel® WASSER kombiniert mit der Hausfilteranlage der CH Firma EVODROP beeindruckt in unserer Forschung mit einem gefilterten, enthärteten und energetisch hochwertigen Wasser im ganzen Haus. Wir freuen uns über neue Forschungsteilnehmer. Weitere Informationen persönlich durch den Präsident Ralph Schneider oder in den stehenden Weblinks.

Ralph Schneider

Mobil: 0049 177 685 3032

eMail: ralph@gesundes-wasser.net

Weitere Informationen:

<https://www.wala-energy.com>

www.gesundes-wasser.net

www.evo-drop.com

Wie geht Gesundheit?

Beschwerde → Diagnose → Krankheit

Wie heißt Ihre Krankheit? Sie haben zwar Beschwerden aber bisher hat niemand eine Diagnose gestellt? Sie haben so viele Beschwerden und Diagnosen, dass sich das schwer mit einem Begriff ausdrücken lässt? Mittlerweile ist es Ihnen egal wie die Diagnose lauten würde, Hauptsache es gibt eine Lösung? Lesen Sie weiter – die Lösung ist möglicherweise einfacher als Sie denken.

Was ist Gesundheit? Um zu verstehen wie Krankheiten entstehen, stellt man sich den Organismus als Symbiose vor. Alle Organe, Drüsen, Regulationssysteme und Körperteile funktionieren optimal. Jede Zelle und jede Mikrobe weiß was zu tun ist. Die Prozesse im Körper laufen perfekt aufeinander abgestimmt. Das nennen wir Gesundheit. Unsere Aufgabe als Körperbewohner ist es, diesen Ablauf uneingeschränkt zu ermöglichen indem wir genügend reines Wasser trinken, uns natürlich ernähren, bewegen und ausreichend schlafen.

Die Wurzel allen Übels: Übersäuerung! Eines Tages passiert etwas Außergewöhnliches. Sie ärgern sich, sind sehr wütend, fühlen sich ohnmächtig, geraten in Stress und werden sauer – im wahrsten Sinne des Wortes: Ihr Körper übersäuert. Natürlich gibt es viele weitere Wege, den Körper zu übersäuern: z.B. durch unnatürliche Ernährung, Medikamenteneinnahme, Schlafmangel, Umweltfaktoren, Leistungssport, psychische Belastung, toxische Beziehungen etc. Solange genügend Mineralien mit der Nahrung eintreffen, ist alles in bester Ordnung. Unser Körper verfügt über Selbstheilungskräfte und will sie immer für unser Wohlergehen einsetzen.

Die Funktion der Mineralien. Der Körper nutzt die mit der Nahrung ein-



treffenden Mineralien zur Neutralisierung der Säuren und scheidet sie aus. Die Säuren an sich sind also kein Problem. Problematisch wird es erst, wenn dauerhaft nicht genügend Mineralien vorhanden sind. Nicht neutralisierte Säuren schädigen den Organismus. Das darf nicht passieren. Sollten mit der Nahrung nicht genügend Mineralien eintreffen, bedient sich der Organismus in seiner Not aus Knochen, Bändern, Sehnen, Zähnen, Knorpeln, Haut und Haarboden. Er baut die Mineralien dort aus, als Leihgabe sozusagen, denn er würde sie auch wieder einbauen, wenn er später genügend hätte!

Die Beschwerden beginnen. Die nicht unmittelbar gebundenen Säuren werden in ein Salz umgewandelt, so dass die Säuren die Zellen nicht schädigen können. Das entstandene Salz ist eine Mineralstoffverbindung, wird mit Wasser verdünnt und als sogenannte Schlacke meist im Fettdepot gelagert. Die gebildeten Schlacken werden jedoch nicht nur im Fettdepot gelagert. Sie können genauso gut an Organen, Drüsen und in anderen Geweben gelagert werden. Oft werden diese Ablagerungen als Cellulite sichtbar.

Je nachdem wie lange und wie intensiv der Mineralien-Raubbau betrieben wird, führt er zu Hautalterung, Haarausfall, Zahnproblemen, Osteoporose und vielen, vielen weiteren Beschwerden, die sich aus den Ablagerungen der Schlacken an den diversen Orten ergeben wie z.B. Funktionsstörungen, Organverfettung, Drüsenverstopfung, Entzündungen usw. Aus anfänglichen Funktionsstörungen werden mittel- bis längerfristig ernsthafte Krankheiten. Sie fühlen sich zunehmend unwohl oder leiden schon sehr und gehen zum Arzt, der sich umgehend auf die Suche nach einer Diagnose macht.

Halten wir also fest: Säurebildung im Körper ist völlig normal. Bei ausgeglichener Ernährung werden die Säuren durch Mineralien neutralisiert und ausgeschieden. Zum Problem werden die Säuren erst, wenn sie nicht neutralisiert und ausgeschieden werden können, also dauerhaft nicht genügend Mineralien mit der Nahrung eintreffen, womit wir beim Thema ausgewogene Ernährung sind.

Was heißt das? Ausgewogen bedeutet ein gutes Verhältnis aus säure- und basisbildenden Lebensmitteln zu essen.

Um die Sache nicht zu verkomplizieren, kann man sich merken: alles was wächst wird unseren Körper gut versorgen, wie z.B. Tomate, Salat, Kartoffel, Apfel, Himbeere, Walnüsse, Linsen, Kräuter etc.). Alles was nicht wächst, ist nicht notwendigerweise schädlich oder schlecht, aber eben auch nicht in der ersten Kategorie gesunder Ernährung. Zur Erinnerung: Brot, Käse und Wurst wachsen nicht!

Was uns wirklich schadet sind die isolierten Kohlehydrate aus Zucker und Weißmehl, billige Industriefette und die „Sachen“, die von großen Konzernen für uns produziert werden und uns hübsch verpackt verführen sollen, gekauft zu werden.

Fazit: Es lohnt sich sehr auf die passende Nährstoffversorgung zu achten, weil sie uns Gesundheit, Energie und Lebensfreude schenkt.

Mein Name ist **Jacqueline Spieler**.
Ich bin von der Akademie der Naturheilkunde in der Schweiz zertifizierte
Fachberaterin für holistische, also ganzheitliche Gesundheit und Ernährung mit Praxis in Wangen.

Sehr gerne begleite ich Sie auf Ihrem Weg zu natürlicher Gesundheit. Ich freue mich auf Ihren Anruf.



Stoffwechselpraxis
Jacqueline Spieler

Hans-vom-Stall-Str. 19
88239 Wangen im Allgäu

info@stoffwechselpraxis.eu
www.stoffwechselpraxis.eu
Tel. 07522 913177

Termine und Ausblick

14.01.2024 **Jahresauftakt** im „Brennerwirt“ in Neuravensburg (Seite 3).
17:00 Wir möchten das neue Jahr mit Euch bei einem gemütlichen Beisammensein starten. Bitte erscheint zahlreich und meldet Euch an unter kontakt@naturheilverein-bodensee.com.

08.02.2024 **Gesundheitsstammtisch** im „Eulenspiegel“ in Wasserburg
19:00 (2 Kurzvorträge, im Anschluss gemütlichen Beisammensein und der Möglichkeit ins Gespräch zu kommen oder die Vortragsthemen zu vertiefen. Wer sich gerne präsentieren möchte, melden unter kontakt@naturheilverein-bodensee.com

03.04.2024 **Gesundheitsstammtisch** im „Eulenspiegel“ in Wasserburg
19:00 (2 Kurzvorträge mit Beisammensein im Anschluss)

08.04.2024 **Jahreshauptversammlung** im „Gerbehof“, Einladung folgt

03. - 05.05. 2024 **Naturheiltage 2024** im Dorfgemeinschaftshaus in Wangen - Deuchelried. Es sind noch freie Messeplätze vorhanden. Wenn Ihr Heilpraktiker, Therapeuten oder Coaches seid, nutzt die Möglichkeit Euch und Euer Angebot in familiärer Atmosphäre zu präsentieren - die Rückmeldungen der Besucher zur letzten Messe waren sehr positiv und auch die Aussteller und Vortragenden waren überwiegend sehr zufrieden mit der Resonanz.



**Naturheilverein
Bodensee**

V.i.S.d.P.

Naturheilverein Bodensee e. V.

Leo Pachole (1. Vorsitzender)

Wackerstraße 47 b

88131 Lindau am Bodensee

Tel. 0 83 82 / 94 27 47

E-Mail: kontakt@naturheilverein-bodensee.com

Layout & Druck

www.medieninsel.com

Mehr auf unserer Website

naturheilverein-bodensee.com

- Vorträge, Seminare
- Infos zu den Naturheiltagen vom 03. - 05. Mai 2024
- Artikel zu Gesundheitsthemen mit vielen Tipps

Mitglied werden und profitieren

Die Mitgliedsgebühr beträgt auch in 2024 nur 39 Euro pro Jahr.

Darin enthalten sind

- Gratis-Bezug unserer regelmäßigen Vereins-Zeitschrift (als PDF)
- ermäßigter Eintritt bei Veranstaltungen unserer Mitglieder
- kostenloser Eintritt bei den Naturheiltagen
- persönlicher Kontakt zu den Gesundheitsexperten unter unseren Mitgliedern

Den Mitglieds-Antrag finden Sie

unter: <https://www.naturheilverein-bodensee.com/mitglieder/>

Die nächste Mitgliederzeitung erscheint im April 2024. Alle Ausgaben können Sie stets auf unserer Webseite als PDF herunterladen.