.bewusst
.seins
.raum

Mag.ª Simone Weissinger-Köhler

Dipl. Lebensberaterin | Dipl. Kinesiologin
Aroma-Energetikerin | Peter Hess® Klangmassagepraktikerin

Entschlackungsvorträge zur Darmgesundheit

Ganzheitliches, natürliches Entgiften/Entschlacken/Reinigen

Der Darm kann die **Quelle** von Krankheit oder **Wohlbefinden**, Kraftlosigkeit oder **Energie**, von Trübsal oder **Lebensfreude** sein. Der **gesunde Darm** ist das **Fundament einer guten Gesundheit**.

Der Herbst eine wunderbare Zeit, sich der **ganzheitlichen (Darm)Gesundheit** zu widmen, um Schlacken und alten Ballast loszulassen und damit Raum zu schaffen für Neues.

Bei diesem informativen Vortrag widmen wir uns dem **Darm** - unserem größten Aufnahme- Organ für Nahrung, unserem wichtigsten Ausscheidungsorgan, dem größten Immun-Organ, und dem Sitz unseres Bauchhirns. Er ist die **Schaltzentrale für Gesundheit**.

Du erfährst viel Wissenswertes über dieses großartige und wichtige Organ und bekommst wertvolle Informationen wie Du selbst u.a. durch basische Ernährung und zahlreichen Impulsen über **ganzheitliche** und natürliche **Reinigung/Entschlackung** zu mehr **Vitalität**, **Wohlbefinden, Lebenskraft und Gesundheit** beitragen kannst.

Um energievoll in den Vortrag zu starten, beginnen wir mit einer gesunden Basensuppe und einem basischen Frühstück mit Entschlackungsgetränken in wohltuender Atmosphäre.

Terminoptionen:
Samstag, 05.10.2019 von 09.00 - ca. 14.00 Uhr
Freitag, 04.10.2019 von 09.00 Uhr - ca. 14.00 Uhr (optionaler Zusatztermin)

Veranstaltungsort:
Wohfühl- und Gesundheitspraxis Bewusstseinsraum
2102 Flandorf bei Korneuburg, Sandgrubenfeldstrasse 3

Der Vortrag kostet **€ 60** (inkl. umfangreichem Skript, Rezepten für basische Ernährung; es gibt ein basisches Frühstück mit gesunder Basensuppe, Entschlackungsgetränke, Mittagessen).

Für Teilnehmer der **Darmgesundheitswochen** (im Oktober) ist der Vortrag inkludiert.
Die Entschlackungswochen selbst bieten die Möglichkeit in einer Runde Gleichgesinnter Dir bewusst "Zeit und Raum für Dich" zu nehmen, um Dich auf allen
Ebenen - körperlich, mental, emotional und energetisch - zu reinigen und damit einen wertvollen Beitrag für Deine eigene Gesundheit zu leisten.

Anmeldung unter: willkommen@bewusstseinsraum.at oder telefonisch unter 0676-3174686 bei Simone Weissinger-Köhler bis spätestens 3 Tage vor dem jeweiligen Termin

Begrenzte Teilnehmerzahl: 10 Personen, daher frühzeitige Anmeldung sinnvoll!

.bewusst
.seins
.raum

Mag.ª Simone Weissinger-Köhler

Dipl. Lebensberaterin | Dipl. Kinesiologin
Aroma-Energetikerin | Peter Hess® Klangmassagepraktikerin

Berufsbegleitende Darm-Gesundheits-Wochen im Herbst 2019

Ganzheitliches, natürliches Entgiften/Entschlacken/Reinigen

Der Darm kann die **Quelle** von Krankheit oder **Wohlbefinden**, Kraftlosigkeit oder **Energie**, von Trübsal oder **Lebensfreude** sein. Der **gesunde Darm** ist das **Fundament einer guten Gesundheit**.

Möchtest Du ...

=> mehr Energie, Leichtigkeit und Lebensfreude spüren, Deinen Tatendrang und Deine Lebenskraft zurückgewinnen?
=> Deinen Körper entschlacken / entgiften, Krankheiten und Allergien vorbeugen, die Selbstheilungskräfte des Körpers anregen und Deine Gesundheit verbessern?
=> Veränderungen im Körper (wie u.a. Optimierung des Körpergewichts, eine schönere Haut, uvm.), des Körperempfindens und der Sensitivität erzielen?
=> einen klaren und ruhigen Geist u.a. durch besseren Schlaf, Stressabbau und mehr Achtsamkeit genießen?
=> schädigende Verhaltens- und Ernährungsgewohnheiten ablegen und neue ressourcen- und gesundheitsfördernde Wege gehen?

Du, weißt, dass Du mehr für Dich, Deinen Körper (v.a. Deinen Darm) sorgen solltest, weißt aber nicht so recht, wie Du anfangen und was du genau tun sollst?

Dann melde Dich gleich zu den **ganzheitlichen und nachhaltigen Darm-Gesundheits-Wochen im Oktober 2019** im Bewusstseinsraum an.

Ich nehme Dich sozusagen an die Hand und gebe Dir eine Anleitung mit zahlreichen basischen Rezeptvorschlägen, konkreten Empfehlungen, Tipps und Tricks rund um ganzheitliche Entschlackung und Darmgesundheit.

Ich biete die Möglichkeit in einer Runde Gleichgesinnter Dir bewusst "Zeit und Raum für Dich" zu nehmen, um ...

=> Dich auf allen Ebenen - körperlich, mental, emotional und energetisch - zu reinigen, jahrelang angesammelten Ballast loszulassen und loszuwerden

=> über basische Ernährung (inkl. 3-tägigem optionalen Saftfasten) und ggfs. mithilfe von Naturprodukten zu entsäuern / entschlacken, Allergien vorbeugen, Dein Gewicht zu regulieren und Deine Selbstheilungskräfte anzuregen

=> Dir selbst durch achtsame Wahrnehmung ein Stück näher zu kommen und Dich selbst besser kennen und mehr lieben zu lernen

=> Dich aufzuladen mit frischer Lebensenergie und dem Gefühl von wie „Neugeboren" sein

=> Dich zu regenerieren und Wertvolles für Dich und Deine (Darm)Gesundheit und Dein ganzheitliches Wohlbefinden zu tun

bewusst
seins
raum

Mag.ª Simone Weissinger-Köhler

Dipl. Lebensberaterin | Dipl. Kinesiologin
Aroma-Energetikerin | Peter Hess® Klangmassagepraktikerin

Der **Herbst** eine wunderbare Zeit, sich der **ganzheitlichen Darmgesundheit** zu widmen, um Schlacken und alten Ballast loszulassen und damit Raum zu schaffen für Neues.

Die **Darm-Gesundheits-Wochen im Bewusstseinsraum** bieten Dir zahlreiche Impulse für eine dauerhaft gesündere und **bewusstere Lebensführung** und eine **Steigerung Deiner Lebenskraft**!

Die **Ernährung** reicht von basenreicher und reiner Basenkost bis hin zu Rezepten für rohköstliche Ernährung. Für die 2. Woche gibt es auch eine konkrete Anleitung für ein optionales 3-tägiges Saftfasten und für die 3. Woche die Anregung für intermittierendes Fasten.

Lesenwerte Feedbacks der Teilnehmerinnen der vergangenen Darmentschlackungswochen gibt es auf meiner Website unter: www.bewusstseinsraum.at unter Aktuelles.

3-wöchige berufsbegleitende Darmgesundheitszeit besteht aus mehreren Elementen:

1. Einstimmung auf die Entschlackungswochen:
Donnerstag, 19.09.2019 von 18.30 - ca. 21.30 Uhr
Kennenlernen der Entschlackungsgefährten; Infos über Ablauf der Entschlackungszeit und wichtige Informationen, um sich auf die Darm-Gesundheits-Wochen vorbereiten zu können

2. Entschlackungsvortrag mit basischem Frühstück und Mittagessen: (Info Extrablatt)
Samstag, 05.10.2019 ODER Zusatztermin Freitag, 04.10.2019 von 09.00 - ca. 14.00 Uhr

3. Vier Wohlfühleinheiten:
Mittwoch, 09.10.2019 von 18.00 - ca. 21.30 Uhr
Atemmeditation "Atme dich frei" zum Thema „Loslassen"
Samstag, 12.10.2019 von 09.00 - ca. 13.00 Uhr
Austausch und Gesprächsdyaden; Körper-, Atem- und Achtsamkeitsübungen; geführte Körperreise/Meditation zum „Loslassen" mit Bauchwickel begleitet von Klangschalen
Donnerstag, 17.10.2019 von 15.00 - ca. 21.30 Uhr (Optionales Programm)
Feng Shui Vortrag „Ordnung schaffen"; Kräutervortrag und herbstliche Kräutersuppe gemeinsam kochen/essen; Saunieren im Florian Berndl Bad
Samstag, 19.10.2019 von 09.00 - 13.00 Uhr
Ähnliche Elemente wie beim Samstagstermin
Donnerstag, 24.10.2019 von 18.00 - ca. 21.30 Uhr
Ritueller Abschluss der Darmentschlackungwochen und Ausblick auf die Zeit danach

Veranstaltungsort: Wohlfühlpraxis Bewusstseinsraum, Sandgrubenfeldstrasse 3, Flandorf
Die Darmgesundheitswochen kosten **€ 350** inkl. Vortrag und Erstgespräch mit kinesiologischer/energetischer Austestung von etwaigen Nahrungsmittelunverträglichkeiten und von möglichen unterstützenden Hilfsmitteln für die (Darm)Gesundheit.

Anmeldung unter: willkommen@bewusstseinsraum.at oder telefonisch unter 0676-3174686
bei Simone Weissinger-Köhler bis 2 Wochen vor dem Einstimmungstermin
Begrenzte Teilnehmerzahl: 8 Personen, daher frühzeitige Anmeldung empfehlenswert!

Wichtige Klienteninformation:
Die Entschlackungswoche stellt keine Heilbehandlung im medizinischen Sinne dar. Sie ist kein Ersatz für eine medizinische Behandlung. Sie versteht sich als eine Präventivmaßnahme zur Gesunderhaltung.