



BioTreff Heidelberg

Seminare – Vorträge – Beratungen

Das verborgene Leid hinter der Depression

Mittwoch, 28. Januar 2015

Der Schlüssel für die Lösung einer schwierigen Lebenssituation findet sich oft in der Beschäftigung mit der eigenen Vergangenheit. Dadurch können Ursachen, die den Fluss des Lebens stören, wie Angst, Verlust, Wut, Trauer, Schuld oder Stagnation erkannt werden. Die Ursachenforschung ist der erste Schritt, die eigene Geschichte zu begreifen. Die Beschäftigung mit sich selbst im Rückblick auf vergangene Lebenswege führt zu den Wurzeln von Verstrickungen, Überlagerungen und zu unbewusst Übernommenem.



Referentin: Dr. Sylvia Oswald - Therapeutin, Seminarleiterin, Dozentin

Termin: Mi. 28. Januar 2015, 19 Uhr

Ort: Bistro von Fair & Quer, Filiale Adlerstraße 1, HD-Wieblingen

Teilnehmerzahl ist begrenzt – Reservierung dringend empfohlen!

Aufatmen - Kraft tanken - Ruhe finden

Dienstag, 3. Februar 2015

An diesem Abend erhalten sie einen Einblick in die Ganzheitliche Atemtherapie.

Durch sanfte Körperübungen und achtsames Wahrnehmen des Atemgeschehens können sie Zugang zu den eigenen Empfindungen, Gefühlen und Bedürfnissen bekommen. Der achtsame Umgang mit dem Atem kann so eine einfache Möglichkeit sein, mit sich in Harmonie zu kommen, Energie zu tanken und Ruhe zu erfahren.

Referentin: Margret Spreemann - Ganzheitliche Atemtherapeutin, Krankenschwester

Termin: Di. 3. Februar 2015, 19 Uhr

Ort: Bistro von Fair & Quer, Filiale Adlerstraße 1, HD-Wieblingen

Teilnehmerzahl ist begrenzt – Reservierung dringend empfohlen!

Rhythmus – Stimme – Bewegung

Mittwoch, 11. Februar 2015

Neben allen Sinneswahrnehmungen – Hören, Sehen, Spüren - macht es einfach Spaß und Freude, sich im Rhythmus lebendig zu fühlen. Es aktiviert menschliches und musikalisches Potential durch einen sinnlichen musikalischen Prozess. TaKeTiNa vermittelt Rhythmus, wie der Mensch ihn von Natur aus am besten erfassen und lernen kann: er führt direkt zur körperlichen Erfahrung rhythmischer Urbewegungen und zu den rhythmischen Grundbausteinen, auf der jede Musik der Welt aufbaut.

Referentin: Gabriele Lambert-Seeliger - Rhythmspädagogin

Termin: Mittwoch, 11. Februar 2015, 19 Uhr

Ort: Bistro von Fair & Quer, Filiale Adlerstraße 1, HD-Wieblingen

Teilnehmerzahl ist begrenzt – Reservierung dringend empfohlen!



BioTreff Heidelberg
Seminare – Vorträge – Beratungen

Die neue Lust auf Essbares: neue & alte Sorten

Mittwoch, 25. Februar 2015

Bis heute bewegt uns die Vision einer grünen und friedvollen Welt mit gesunder Nahrung für alle . . . im Respekt vor allen Lebewesen . . . und wir glauben daran, dass eine bessere Zukunft machbar und pflanzbar ist . . . und dass wir jetzt! damit beginnen können.

Zum Beispiel im eigenen Garten, auf dem Balkon oder in der Stadt Gemüse und Obst, ausdauernde Stauden und Kräuter anzubauen, wie es zur Zeit überall geschieht . . . urban gardening, Permakultur, Selbstversorgung - eine neue Gartenlust zieht durchs Land.

Referentin: **Andrea Hutwagner** – Ganzheitliche Gartenberatung

Termin: **Mi. 25. Februar 2015, 19 Uhr**

Ort: Bistro von Fair & Quer, Filiale Adlerstraße 1, HD-Wieblingen

Teilnehmerzahl ist begrenzt – Reservierung dringend empfohlen!

Transformation – ein Abend voller Tai Chi-Geheimnisse

Mittwoch, 4. März 2015

Sie werden sich vielleicht nicht an alles erinnern, was wir Ihnen an diesem Abend erzählen, aber ganz bestimmt daran, WIE Sie sich gefühlt haben!

Genießen Sie einen Abend voller Tai Chi Geheimnisse mit Großmeister Sifu Monjama aus den USA und Barbara Fehr! Erleben Sie, was Ihnen bei Massagen immer gefehlt hat, ohne dass Sie es hätten benennen können!

Emotionen, die nicht ausgedrückt werden, versauern im Körper und führen zu Verhärtungen und Verklebungen. Diesen Mechanismus einmal umzukehren und die gestockte Energie wieder freizusetzen, ist ungeheuer wohltuend und entgiftend. Die Energie der Gefühle ist wieder frei und steht Ihnen als Kraft für ein neues Sein zur Verfügung. Und ebenso, wie Ihr Körper nach der Massage freiere Bewegungsmuster finden kann, wird auch Ihre Lebenshaltung wieder flexibler.



Referentin: **Großmeister Sifu Monjama aus den USA und Barbara Fehr**

Termin: **Mi. 4. März 2015, 19 Uhr**

Ort: Bistro von Fair & Quer, Filiale Adlerstraße 1, Heidelberg-Wieblingen

Anmerkung: Bitte warme, bequeme Kleidung für leichte Übungen mitbringen.

Teilnehmerzahl ist begrenzt – Reservierung dringend empfohlen!



BioTreff Heidelberg
Seminare – Vorträge – Beratungen

Qi Gong

Dienstag, 17. März 2015

Qi Gong ist ein wichtiger Bestandteil der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM). Es ist von jedem Menschen erlernbar und für jeden Menschen nach seinen Möglichkeiten anwendbar.

Qi Gong ist eine Möglichkeit, sich gesünder und vitaler zu fühlen. Regelmäßiges Üben befähigt bis ins hohe Alter beweglich und gelenkig zu bleiben. Qi Gong ist eine sehr gute Prophylaxe und wird auch immer mehr bei chronischen Krankheiten eingesetzt.

Referentin: **Tatjana Hartmann-Odemer** - Entspannungspädagogin

Termin: **Di. 17. März 2015, 19 Uhr**

Ort: Bistro von Fair & Quer, Filiale Adlerstraße 1, HD-Wieblingen

Anmerkung: Bitte warme, bequeme Kleidung für leichte Übungen mitbringen.

Teilnehmerzahl ist begrenzt – Reservierung dringend empfohlen!

Die Wohnumgebung als Spiegel Deiner Seele

Dienstag, 24. März 2015

Anhand anschaulicher Fallbeispiele zeigt Ihnen Eva-Katharina Scharowski, wie das moderne Spirituelle Feng-Shui angewendet wird, um Ihr Leben zu harmonisieren und ggfs. in neue Bahnen zu lenken.

Entdecken Sie Ihr Umfeld neu und gestalten Sie ihr Leben bewusst nach Ihren eigenen Wünschen - Jetzt! Freuen Sie sich auf einen spannend Vortrag. Sie werden anschließend Ihre Wohnumgebung mit anderen Augen sehen.



Referentin: **Eva-Katharina Scharowski** – zertifizierte Feng Shui-Beraterin

Termin: **Di. 24. März 2015, 19 Uhr**

Ort: Bistro von Fair & Quer, Filiale Adlerstraße 1, HD-Wieblingen

Teilnehmerzahl ist begrenzt – Reservierung dringend empfohlen!