

Ein Produkt von **advantage**

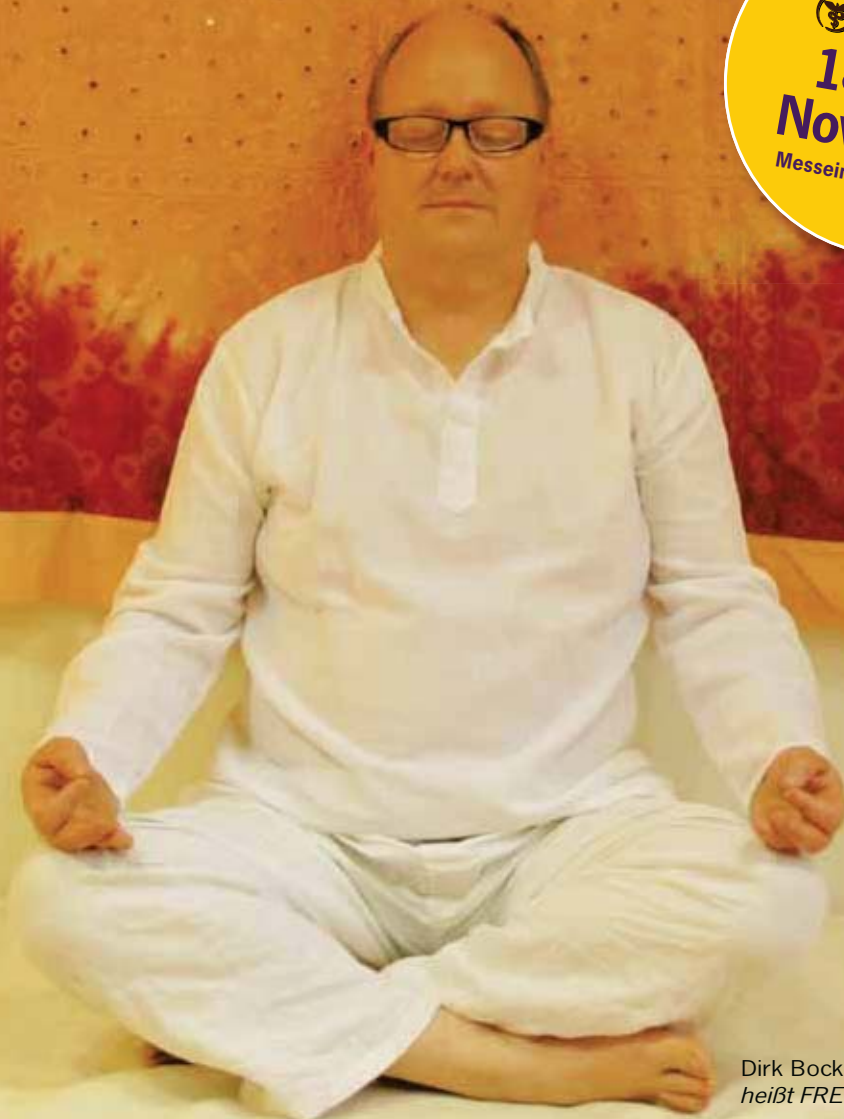
gesund & glücklich

Magazin für Körper, Geist & Seele

Nr. 5 · Herbst/Winter 2011/12



Ercheinungsort Klagenfurt – Verlagspostamt 9020 Klagenfurt – P.b.b. – 062036776 – FOTO: KK / ANZEIGE



Dirk Bock: „In der MITTE sein heißt FREI sein!“ Seite 12

Manfred Mohr

Liebe dich selbst

Jeanne Ruland

Reise durch das „Mercurjahr“

Mesotherapie

Hoffnung für Schmerzpatienten

Kärntens Kliniken

Qualität und Service
für alle Patienten

Gewinnen Sie ein Mentaltraining inkl.
Übernachtung im
Petschnighof zu Diex
Seite 3

KRUG'S SONNENSTUDIO

... EIN HAUCH VON SONNE

www.sonnenstudio-krug.at

Bring Sonne ins Leben

Multitalent Sonne – Mit Sonnenlicht zu strahlender Gesundheit und Wohlbefinden. Neueste Studien zeigen: Maßvolles Sonnen kann Erkrankungen vorbeugen und macht glücklich.

Dass Sport und Fitness, gesunde, ausgewogene Ernährung und nicht zu rauchen Grundregeln für einen gesunden Lebensstil sind, ist allgemein bekannt. NEU dazu kommt die Sonne, die sich neben einem gesundheitlichen Effekt auch positiv auf Stimmung und Wohlbefinden auswirken kann. Und das gilt auch für das Sonnenlicht aus der Steckdose!

Neue wissenschaftliche Erkenntnisse belegen, dass Sonnenlicht die Gesundheit fördert. Es regt den Körper zur Produktion von Vitamin D an, das vor Krebs- und Herzkrankungen schützt und eine Reihe anderer schwerer Leiden, wie multiple Sklerose, rheumatoide Arthritis und Diabetes, abwehren kann. Es gibt sogar Anhaltspunkte, dass es sich für die Therapie von Herzleiden und bestimmten Arten von Krebs eignet.

Licht als Stimmungsaufheller

Und das Sonnenlicht erhellt auch das Gemüt, Untersuchungen zeigen, dass in

der Haut, wenn sie genug Sonnenlicht aufnimmt, Glückshormone ausgeschüttet werden.

Sonne bringt in jeglicher Hinsicht Licht ins Leben. Ob aus der Steckdose oder im Freien die positiven Eigenschaften bleiben die gleichen.

Licht aus der Steckdose

Der Vorteil beim Sonnen im Solarium: Die einzelnen Anteile des Spektrums können genau auf die Bedürfnisse des Anwenders angepasst werden. Das heißt, die UVA-/UVB-Dosis von Solariumlampen kann individuell entwickelt

werden. Denn eines sei hier zu vermerken: Die „Natursonne“ hat mit 2,8 % UVA-/UVB-Strahlung eine weit höhere Intensität als moderne Bräunungsgeräte. Solarien bieten sich zum Ausgleich für Sonnendefizite an. Ebenso dienen Solarien im Frühjahr der sanften Vorgewöhnung der Haut an die Sonne. Niemand ist gut beraten, ohne derartige Vorbräunung an die Sonne zu gehen. Verabschieden wir uns also von der Vorstellung, die Sonne fürchten zu müssen. Wir müssen nur ein angemessenes Verhältnis zu ihr finden. Letztlich ist es immer eine Frage der Dosis.

„Sonne macht glücklich, Sonne macht gesund. Sonne weckt die Lebensgeister und Sie sehen dabei noch blendend aus!“

Willi Krug
Inhaber „Krug's
Sonnenstudio“
i18x in Kärnten.





Chefredakteur
Rolf Bickelhaupt



Herausgeber
Walter Rumppler

Liebe Leserin!
Lieber Leser!

Am 21. Dezember 2012 wird die Welt untergehen. Das zumindest behaupten einige selbsternannte Prophezeier und berufen sich dabei auf den Mayakalender. Selbst Hollywood hat davon Notiz genommen. So produzierte der bekannte Regisseur Roland Emmerich den hochkarätig besetzten Endzeitfilm „2012“, dessen Einspielergebnis bei rund 760 Millionen US-Dollar liegt. Tatsächlich spielt sich aus astronomischer Sicht an diesem Tag etwas Außergewöhnliches ab: Eine sehr ungewöhnliche und seltene Planetenkonstellation, die nur alle 26.000 Jahre stattfindet, sorgt dafür, dass die Sonne das Zentrum der Milchstraße einnimmt. Ausgelöst wird dies durch eine schräge Erdachse, die sich einmal kreisförmig dreht. Geht dadurch nun die Welt wirklich unter? Lesen Sie einige Gedanken dazu im Beitrag „Reise durch das ‚Merkurjahr‘“ unserer Autorin Jeanne Ruland sowie im Interview „Jetzt reicht's“ mit Johannes Holey.

Wie halten es die Österreicher mit dem Glauben an eine höhere Macht und an Schutzengel? Das Ergebnis: 42 % der Österreicher glauben „sehr fest“ und „ziemlich fest“ an eine höhere Macht, 30 % immerhin noch „ein wenig“. Dies ergab eine repräsentative IMAS-Umfrage im September dieses Jahres. Und die Bewohner der Alpenrepublik hegen wenig Zweifel an Schutzengeln. Nahezu drei Fünftel erklärten, an der Existenz von Schutzengeln „ist was dran“. Es ist ein gutes Gefühl, dass wir Schutzengel unter uns haben dürfen, gerade in einer Zeit mit all ihren Herausforderungen im Leben.

Unser Tipp: Nehmen Sie „Ihren“ Schutzengel an und gehen Sie mit ihm durch Ihr Leben.

Wir wünschen Ihnen eine anregende Leselektüre!
Ihr Rolf Bickelhaupt & Walter Rumppler

IMPRESSUM

Verlag & Medieninhaber: advantage Zeitschriftenverlag GmbH, 9300 St. Veit / Glan
Herausgeber: Walter Rumppler, w.rumppler@advantage.at
Chefredakteur: Rolf Bickelhaupt, rolf.bickelhaupt@extra-webspace.com
Redaktion: Annemarie Herzog
Mitarbeiter dieser Ausgabe: Dr. Manfred Mohr, Jeanne Ruland und Heidi Schirner
Redaktionskontakt: gesund & glücklich, Redaktion, Sittersdorf 34, A-9133 Miklaushof, Tel. +43 (0)664 7376 5521, Fax: +43/(0)4237/23094, E-Mail info@gesund-und-gluecklich.at
Projektleitung: Burgi Hämmerle, b.haemmerle@advantage.at
Medienberatung: Burgi Hämmerle, b.haemmerle@advantage.at
Produktionsleitung: Mag. Sarah Nadin Buchleitner, Erik Unterlass, produktion@advantage.at
Druck: a-PRINT Bogen- und Rollenoffset Druck GmbH, 9010 Klagenfurt
Verlagsanschrift: advantage Zeitschriftenverlag GmbH, Bahnhofstraße 10, 9300 St. Veit/Glan, Tel. +43/(0)4212/33233, Fax +43/(0)4212/33233-6, E-Mail: info@advantage.at
Rechte: Alle Rechte, auch die Übernahme von Beiträgen gem. § 44 Abs. 1 Urheberrechtsgesetz, sind vorbehalten AGB/Haftungsausschuss/rechtlicher Hinweis: www.advantage.at

ABO-Bestellung unter

Tel.: +43(0)4212/33233 oder office@advantage.at

GANZHEITLICHE GESUNDHEIT

- 05 Mit Mineralstoffen fit durch den Winter**
Vorbeugen mit Schüßlersalzen
- 08 Mesotherapie**
Hoffnung für Schmerzpatienten

GEIST & BEWUSSTSEIN

- 10 Manfred Mohr**
Liebe dich selbst!
- 13 Jetzt reicht's!**
Interview mit Autor Johannes Holey
- 16 Jeanne Ruland**
Reise durch das „Merkurjahr“

MEDIZIN & GESUNDHEIT

- 20 Diakonie – de La Tour**
Beratung und Hilfe für Suchtverhalten
Liebe dich selbst!
- 22 A.ö. Krankenhaus der Barmherzigen Brüder**
Ein Haus mit Herz und Kompetenz
- 23 A.ö. Krankenhaus der Elisabethinen**
Gesundheit aus guten Händen
- 24 A.ö. Krankenhaus Spittal/Drau**
Willkommen auf der Storchlandebahn

BRAUCHTUM & ALTES WISSEN

- 30 Alchemie**
Naturheilmedizin mit der Kraft der Pflanze
- 32 Kabbala**
Antworten nach dem Sinn des Lebens

WOHIN & GESUND

- 34 Probleme dauerhaft lösen**
An der Quelle gesunden Lebens
- 32 Berlin**
Holocaust-Gedenkstätte als „Raum für Meditation“

KUNST & KULTUR

- 48 Tun und Wirken am Herzchakra Europas**

GEWINNSPIEL

GEWINNEN Sie den Einführungskurs „Trainieren Sie Ihre mentale Kompetenz“ (Mentaltraining) am 4. und 5. Februar 2012 im Petschnighof zu Diex.

Mentaltraining. Ob Spitzensportler oder Führungskräfte: Menschen, die hervorragende Leistungen vollbringen, wenden Mentaltraining an. Trainieren auch Sie Ihre mentale Kompetenz! Mehr Infos: www.mentale-kompetenz.com.

Petschnighof. Trainieren Sie dort, wo andere Urlaub machen: Im Landhotel-Restaurant Petschnighof, auf 1150 Metern Seehöhe in Diex, dem sonnenreichsten Ort Österreichs: www.petschnighof.at.

advantage und **gesund & glücklich** verlosen den Einführungskurs Mentaltraining der Alpe-Adria Akademie für mentale Kompetenz für eine Person am 4./5.2.2012 im Petschnighof zu Diex. Inkludiert: Mentaltraining, Seminarunterlagen, Teilnahmezertifikat, eine Übernachtung (vom 4. auf den 5.2.2012) einschließlich reichhaltigem Frühstücksbuffet.

Einfach eine eMail (Betreff: „Mentaltraining“) mit Namen, Adresse und Telefonnummer an produktion@advantage.at senden und gewinnen! Gleiche Gewinnchancen auch für Nicht-Abonnenten.



Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.
Gewinne können nicht in bar abgelöst werden.
Einsendeschluss: 20.01.2012.



FOTO: KK

Einer von rund 70 Ausstellern auf der Messe „gesund & glücklich“.

Messe „gesund & glücklich“

Sie wurde ihrer Stellung als größte Messe ihrer Art in Österreich zum wiederholten Male mehr als gerecht: Rund 5.000 Besucher strömten Anfang Juni 2011 zur Naturarena Sonneggersee in Sittersdorf, um sich auf der Frühjahrsausgabe der „gesund & glücklich - Messe für Körper, Geist & Seele“ über ganzheitliche Heilmethoden, Spiritualität, Naturkosmetik, gesunde Ernährung und gesundes Wohnen zu informieren. 70 Aussteller besuchten dem Veranstalter und ihren beiden Organisatoren Rolf Bickelhaupt und Annemarie Herzog ein völlig ausgebuchtes Messegelände. Messe-Highlights waren auch die über 50 Veranstaltungen wie Vorträge, Kräuterspaziergänge, Feuer- und Glasscherbenläufe, Meditationen und das Medizinrad sowie ein umjubeltes Percussionkonzert.

Kontakt:

www.gesundemesse.eu, Tel. +43 664 737 5521



FOTO: CREATIV/MARKETING

Kurt Brückler (rechts) bei der Energiearbeit im Steinkreis.

Kongress „Aspekte des Heilens Carinthia“

Zum zweiten Mal stand im Juli 2011 Bad Bleiberg ganz im Zeichen der Gesundheit, Spiritualität und Kultur. Dort praktizierten drei Tage lang Schamanen, Mediziner, Energetiker und Künstler von internationalem Niveau Gemeinsamkeit und Gedankenaustausch. Eingeladen hatte Kurt Brückler, Leiter der Akademie für Europäische Naturheilmethoden & Schamanismus mit Sitz in Wörschach in der Steiermark.

Viele Vorträge mit tollen Referenten standen zur Auswahl. Workshops, Musik, Beratungen, Steinspirale und Aussteller luden ein. Die Besucher konnten „viel Wissen, Freude, Spaß, Gemeinsamkeit, Respekt, Toleranz und vor allem sehr viel Schamanische Energie mit nach Hause nehmen“, zog Brückler wieder eine äußerst positive Bilanz des Kongresses.

Kontakt:

www.land-schamane.com, Tel. +43 664 4956029



FOTO: KK

Eröffnung mit Gästen und Praxis-Anbietern.

Praxis „Dreiländerherz“

Anfang August 2011 hat die Praxisgemeinschaft „Dreiländerherz“ in Arnoldstein ihre Pforten geöffnet. Unter der Koordination von Doris Kroisenbacher haben sich 13 Anbieter aus dem Gesundheitssektor zusammengetan. „Wie das „Dreiländereck“ (Anm.: Österreich, Italien, Slowenien) Völker verbindet, verbindet unsere Praxis verschiedene Heilmethoden aus dem medizinischen, energetischen und kommunikativen Bereich“, erklärte Kroisenbacher. Mit einem Vortrag zu „Linde, Blei und Co.“ gab Pharmazeutin Alba Steinlechner-Schellander bei der Eröffnung einen Abriss über heilende Natursubstanzen aus dem Dreiländerherz. Auch künftig werden Vorträge angeboten, u.a. von „gesund & glücklich“ mit dem „gesunden kreis“.

Kontakt:

Doris Kroisenbacher, Tel. +43 650 3316954,
eMail doriskroise@gmail.com



FOTO: KK

Hat ihre eigene Idee „Gesundheitsnavi.at“ umgesetzt: Marion Liebhard

Internet-Portal „Gesundheitsnavi“

Seit Sommer 2011 ist Kärntens neues Gesundheitsportal - www.gesundheitsnavi.at - im Internet, das BürgerInnen bei der Suche nach Ärzten, Therapeuten, Ausbildungsinstituten oder Veranstaltungen mit einfacher Navigation mittels Suchkriterien unterstützt. Aktuelle Beiträge zu Themen aus Gesundheit sowie umfassende Informationen zu Behandlungsmethoden und dergleichen runden den Service ab. Einzigartig in dieser Form kombiniert die Plattform Schul- und Komplementärmedizin. Allen Anbietern der Kärntner Gesundheitsbranche steht damit eine ideale Plattform zur professionellen Präsentation ihres Leistungsangebotes zur Verfügung. Der Veranstaltungskalender oder der Bazar für Kleinanzeigen können von jedermann genutzt werden.

Kontakt:

www.gesundheitsnavi.at, Tel. +43 699 18185335.

Mit Mineralstoffen nach Dr. Schüßler fit durch den Winter

Winterzeit ist Erkältungszeit – vorbeugen mit Schüßlersalzen



FOTO: SXCHU / ANZEIGE

Schüßler Salze stärken Ihr Immunsystem.

Im Winter fordern Erkältungen sowie Infekte das Immunsystem oft ziemlich heraus und der Sonnenlichtmangel kann empfindlich auf das Gemüt drücken. Um dem vorzubeugen, können die nebenwirkungsfreien Mineralsalze nach Dr. Schüßler gerade in der Winterzeit zur Stärkung des Immunsystems und zur Reduktion von Infektanfälligkeit eingesetzt werden.

Zur Kräftigung des Immunsystems sowie bei Hals- und Ohrenschmerzen hat sich das Salz Nr. 3 – Ferrum phosphoricum schon oft bewährt. Wird die Nr. 3 vorbeugend kombiniert mit den Salzen Nr. 5 – Kalium phosphoricum, Nr. 8 – Natrium chloratum und Nr. 9 – Natrium phosphoricum eingenommen, wird die Abwehrkraft für den Winter nachhaltig gestärkt.

Hat Sie bereits ein Infekt erwischt, kann der blühende Infekt mit den Salzen Nr. 3 – Ferrum phosphoricum, Nr. 4 – Kalium chloratum, Nr. 5 – Kalium phosphoricum, Nr. 6 – Kalium sulfuricum, Nr. 10 – Natrium sulfuricum

hervorragend gemildert werden.

Eine verstopfte Nase lässt sich gut mit den Salzen Nr. 3 – Ferrum phosphoricum, Nr. 4 – Kalium chloratum und Nr. 8 – Natrium chloratum befreien, welche ebenso auch sehr gut bei Fließschnupfen helfen.

Bei Winterbluesstimmungen, Niedergeschlagenheit und schlechter Laune können die Salze Nr. 3 – Ferrum phosphoricum, Nr. 5 – Kalium phosphoricum sowie Nr. 6 – Kalium sulfuricum die Stimmung wieder aufhellen.

Wer in der Winterzeit fit bleiben will, sollte aber neben einer guten Mineralstoffversorgung auch daran denken, dass Bewegung an der frischen Luft das Immunsystem stärkt

und die Stimmung hebt. Wer sich mindestens eine halbe Stunde im Freien aufhält und den Körper mit Mineralstoffen versorgt, tut dem Körper und der Psyche Gutes! Im diesem Sinne – „lutschen Sie sich gesund durch den Winter mit den Mineralsalzen nach Dr. Schüßler“!

Ihr Apotheker berät Sie gerne zur richtigen Anwendung und Dosierung der Mineralsalze nach Dr. Schüßler.

Bitte beachten Sie:
Die Einnahme der Mineralsalze ersetzt keinen ärztlichen Rat und Hilfe. Ebenso sollte im Winter auf eine ausgewogene Ernährung mit viel Obst und Gemüse geachtet werden.



KAUSAN

Schüßlersalze

Kausan Biochemie nach Dr. Schüßler

**Wirkungsvolle Gesundheitspflege
mit den Mineralstoffen des Lebens**



**Fragen Sie in Ihrer Apotheke
nach dem Original:
Den KAUSAN Schüßlersalzen!**

... Traditionelle Spitzenqualität,
nur in der medizinischen Glasflasche!

Mehr Info unter: www.kausan-schuesslersalze.at

Der Sozial- und Gesundheitsprengel

Eine Servicestelle der Stadt in allen Fragen der Betreuung und Pflege

Bis ins hohe Alter aktiv und fit zu bleiben – das ist, was wir uns alle wünschen. Was ist jedoch, wenn man plötzlich durch einen Unfall oder eine Erkrankung hilfs- und pflegebedürftig wird?

Im Sozial- und Gesundheitsprengel erhalten Bürger und Bürgerinnen der Landeshauptstadt rasch und effizient Information, Beratung und Hilfestellung in allen Fragen der Betreuung und Pflege.

Das vielfältige Angebot der verschiedenen Organisationen ermöglicht hilfs- und pflegebedürftigen Menschen so lange wie möglich ein selbstbestimmtes Leben in ihrer gewohnten Umgebung.

Durch zielgerichtete Leistungen für pflegende Angehörige können diese bei ihrer Betreuungstätigkeit aktiv unterstützt und somit entlastet werden.

Wenn eine Pflege durch Angehörige oder mobile soziale Dienste zu Hause nicht mehr möglich ist, sind die verschiedenen Seniorenwohn- und Pflegeheime in Klagenfurt eine lebenswerte Alternative.

Sie finden uns auch auf der Familien-Brauchtumsmesse vom 18. bis 20 November 2011 am Messegelände Klagenfurt, Halle 5, Stand B17A gemeinsam mit dem Seniorenbüro der Stadt Klagenfurt am Wörthersee!



Bürgermeister Christian Scheider.

FOTO: KK / ANZEIGE

„Als Bürgermeister und Sozialreferent der Landeshauptstadt Klagenfurt am Wörthersee ist es mir wichtig, dass die Bürgerinnen und Bürger schnell umfassende Information und Hilfestellung in Fragen der Pflege und Betreuung erhalten. Durch den Sozial- und Gesundheitsprengel kann gewährleistet werden, dass die Bevölkerung in diesen Dingen gut beraten und informiert wird.“

INFO

**Informieren Sie sich und kontaktieren Sie uns persönlich oder telefonisch:
Montag bis Donnerstag von 7.30 Uhr bis 12.30 und 13.00 bis 16.00 Uhr und Freitag
von 7.30 bis 12.00 Uhr. In der Abteilung Soziales, Bahnhofstraße 35, Parterre im Hof links,
9020 Klagenfurt.**

Mag.^a Astrid Miller-Aichholz
Tel. 0463/537 4888
sg@klagenfurt.at
www.sgs-ktn.at



Disconder & LearnMaster-Therapie

Perfekte Gesundheits-Vorsorge:

Erstmals Einblick durch Herrn Dipl. Ing. Walter Thurner in eine neue Welt der Gesundheitsvorsorge.

Dank einer persönlichen Einladung zum kraftvollen Seminarwochenende von Dr. Fritz Roithinger in St. Kanzian am Klopeinersee konnten die Mitglieder des Vereins «Natürlich Leben» erstmals Einblick in eine neue Welt der Gesundheitsvorsorge nehmen.



FOTO: KK / ANZEIGE

Über die Intelligenz der Protonen können wir die tiefliegenden Ursachen unserer psychischen und physischen Gesundheitsursachen erfahren. Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass es keinen Gemüts-, oder Gefühlszustand gibt, der sich nicht auf Blut- und Immunzellen und damit letztendlich

auf die Gesundheit auswirkt.

Die ungesunden, negativen Emotionen aus früheren Erlebnissen sind in unserem Körper gespeichert und bleiben weiterhin präsent. Es ist wichtig die negativen Emotionen zu erkennen, und durch positive Affirmationen umzuprogrammieren. Dieser Vorgang der Beschallung geschieht über das weiße Rauschen, und wird auf das biologische System der ausgewählten Person übertragen. Die Informationen werden wie Radiowellen für die Menschen nicht spürbar in das morphogenetische Feld eingegeben, womit neue Glaubenssätze in neuer Form und Vitalfrequenzen auf

das biologische System der ausgewählten Person einwirkend zur Neuprogrammierung führt.

Was hat das mit Medizin zu tun?

Das Hintergrundfeld koppelt an die Aura eines Menschen an. Hierin ist der gesamte Körper, auch mit seinen Krankheiten, gespiegelt. Über das Therapiegerät können alle tiefenpsychologischen Blockaden mit dem jeweiligem Schweregrad erkannt werden. Es ist sinnvoll, Krankheiten von Seiten ihres Strahlungsfeldes zu behandeln, da man hier an die eigentliche Ursache am besten herankommt.



SEDONA Wohnraumharmonisierer

Das kleine Wunder

für gesundes und **geschütztes Wohnen.**

Wohlfühlen im Haus trotz Erdstrahlen,
Elektro-Smog und Mobilfunk-Strahlung.

Tel.: 042 39 / 35 47 www.meerama.de

Venen-Laser-Zentrum Wernberg

Dr. Bereuter ist Allgemeinmediziner und Spezialist für Venen- und Gefäßerkrankungen sowie Beinschmerzen.



FOTO: KK / ANZEIGE

Dr. Med. Thomas Bereuter von Besenreisern, der Therapie von offenen Beinen, Thrombosetherapie und Kompressionstherapie bis hin zum allgemeinen Komplet-check-up von Gefäßen und im Hals- Bauch und Beinbereich, der circa eine Stunde dauert.

Mit moderner Laserchirurgie können Warzen, Muttermale, Altersflecken und Narben entfernt

werden. Die Methode des Liquid-Lifting und der herkömmlichen Faltenunterspritzung bietet ein jüngeres und entspannteres Aussehen.

Dr. Bereuter ist auch Spezialist für Bioresonanz-Therapie, Allergie-Testung, Allergie-Therapie und Kinesiologie. Außerdem bietet er in seiner Praxis Impfberatung, Reiseimpfung und reisemedizinische Beratung an.

Bioresonanzmethode

Durch falsche Lebensweise wird die Kommunikation zwischen den Zellen gestört, wodurch die so genannten „Zivilisationskrankheiten“ ausgelöst werden. Mit dem BIOCOM Bioresonanzgerät kann schnell und schmerzlos heraus-

gefunden werden, welche Belastungen beim Patienten gesundheitsstörend sind. Die festgestellten Belastungen werden mit den passenden Frequenzmustern behandelt.

Dadurch kann die körpereigene Regulation in beträchtlichem Maße unterstützt und gefördert werden.

KONTAKT

Venen Laser Zentrum
Dr. Med. Th. Bereuter

Business Center Wernberg
Industriestraße 1, 2. Stock
9241 Wernberg

Tel.: +43/(0)4352/30 531

Mobil: +43/(0)664/73 12 86 84

E-Mail: vlz@drbereuter.at

Mesotherapie: Hoffnung für Schmerzpatienten

Mesotherapie, die schulmedizinische Alternative zur Schmerztherapie, ist eine moderne Therapieform ohne Nebenwirkungen. Dennoch verzeichnet sie sehr gute Erfolge bei chronischen Schmerzen, wirkt schnell und anhaltend.



FOTO: KK / ANZEIGE

Dr. Sabine Jatzko

Bereits in den 50er Jahren wurde die Mesotherapie von dem französischen Arzt Dr. Michel Pistor entwickelt, sie kombiniert auf intelligente Weise Akupunktur, Neuraltherapie und Arzneimitteltherapie und fördert so nicht zuletzt die körpereigenen Heilkräfte. Die weltweit am meisten verbreitete Anwendung der Mesotherapie ist in der Schönheitsmedizin. Besonders bei der Behandlung von Cellulite, bei Narbenbehandlungen und Schwangerschaftsstreifen wird sie gerne eingesetzt. Endlich jedoch wird das volle Potenzial zunehmend erkannt und von Ärzten vorwiegend in der Schmerzbehandlung (so zum Beispiel bei akuten und chronischen Rücken-, Muskel- und Gelenkschmerzen, bei Kopfschmerzen und Migräne) sowie bei Abwehrschwäche und wiederholten Infektionen sowie auch Heuschnupfen zur Stärkung des Immunsystems eingesetzt. Weitere Anwendungsgebiete sind

Durchblutungsstörungen, chronische Entzündungen der Atemwege, Erschöpfungszustände, Schlafstörungen und Stress. Auch bei Tinnitus und Schwindel werden sehr gute Erfolge erzielt.

Methode und Wirkung

„Das Prinzip ist denkbar einfach: Medikamentenmischungen werden in geringer Dosierung mittels Mikroinjektionen nahe am Ort der Erkrankung in die Haut eingebracht, durch das entstehende Hautdepot wird ein schneller und anhaltender Therapieeffekt gesichert.“, erklärt die bekannte Klagensfurter Sport- und Allgemeinärztin Dr. Sabine Jatzko, die in ihrer Ordination die Mesotherapie anbietet und auf sehr gute Erfolge verweisen kann. „Ein wesentlicher Vorteil der Mesotherapie: Trotz der geringen Menge der verabreichten Arzneimittel kann durch die Kombination der verwendeten Medikamente sowie durch die gezielte lokale Anwendung ein Therapieerfolg auch bei chronischen und länger bestehenden Erkrankungen und Schmerzzuständen erreicht werden.“, erläutert Jatzko. Weiters betont sie: „Da die Mesotherapie

bisher vorwiegend aus der ästhetischen Medizin bekannt ist, ist zu wenig bekannt, dass diese Therapieform ausschließlich von ausgebildeten Ärzten angewendet werden darf.“ Was vielen Patienten, auch Schmerzpatienten, die einen langen Leidensweg hinter sich haben, sehr wichtig ist: aufgrund der geringen und gezielten Dosierung ist eine ausgezeichnete Verträglichkeit mit äußerst geringen Nebenwirkungen gegeben.

INFO

Leistungsspektrum Ordination

Dr. Sabine Jatzko:

Mesotherapie

- chronischen Schmerzen
- Sportverletzungen
- Durchblutungsstörungen
- Abwehrschwäche und wiederholte Infekte
- Erschöpfungszustände, Schlafstörungen, Stress

Akupunktur

- Schmerzen
- Allergien
- Beeinflussung vegetativer Fehlregulationen
- Akute Infekte
- Verdauungsbeschwerden
- Überlastungssyndrom

Ernährungsberatung

- Analyse von Ernährungsgewohnheiten
- Ernährungsprotokoll
- Sporternährung

Trainingsunterstützung

- Leistungsdiagnostik
- Trainingsberatung
- Zusammenarbeit mit Trainern und Therapeuten

KONTAKT

Ordination Dr. Sabine Jatzko Ärztin für Allgemeinmedizin

Humboldtstraße 47
9020 Klagenfurt am Wörthersee
Tel.: +43-(0)463-5919 97
www.jatzko.at



Mikroinjektionen kleiner Mengen Medikamente.

„Göttliche Heilende Hände“

Chinesische Heilkunst nach Meister Dr. Zhi Gang Sha



FOTOS: KK / ANZEIGE

Meister Dr. Zhi Gang Sha

Jeder Mensch ist ein Heiler. Als „Kanal“ können wir universelle Heilenergie von der Schädeldecke, dem Kronenchakra, über das Botschaftszentrum (Herzchakra) durch unsere Arme und Hände fließen lassen. „Göttliche Heilende Hände“ heißt die Ausbildung zum „Divine Healing Hands Practitioner“ in der Tradition von Meister Dr. Zhi Gang Sha, einem international angesehenen Heiler sowie Arzt der westlichen und der traditionellen chinesischen Medizin (TCM).

Die Teilnehmer erhalten eine einmalige Energieübertragung, die äußerst kraftvoll ist. Sie kommt aus der göttlichen Ebene TIAN WAI

TIAN. Diese Ebene, mit der man fortan verbunden ist, lässt eine hoch frequente und äußerst kraftvolle Heilenergie durch die Hände fließen. Sie trägt die Frequenz und Schwingung von göttlicher Liebe, Vergebung, Mitgefühl und Licht in sich und löst vielschichtige Blockaden auf.

Die Heilsegnungen durch die „Göttlichen Heilenden Hände“ wirken zuerst auf der Seelenebene und ermöglichen durch tief greifende Transformationsprozesse die Lösung energetischer Blockaden. Die Gesundung von Geist, Emotionen und Körper kann nun folgen. Das Lösen von Blockaden geschieht auch im Bereich unserer Lebensumstände: unseren Beziehungen, der Arbeit und den Finanzen. Die komplementäre Methode eignet sich zur Selbstheilung, zur Gesundung anderer Menschen und von Haustieren. Die Heilsegnung kann einer Gruppen oder auf die Ferne

gegeben werden. Die Ausbildung ist in das ganzheitliche Heilungssystem nach Meister Sha eingebettet – eine Symbiose aus TCM und TAO.

Meister Sha kommt nach Graz

Vom 31. Oktober bis 2. November können Sie Meister Dr. Zhi Gang Sha in Graz erleben. Dies ist eine der seltenen Gelegenheiten, von dem überaus kraftvollen Heiler und seinen Meisterheilern Übertragungen göttlicher Heilenergie und Segnungen zur ganzheitlichen Gesundung zu erhalten. Meister Sha bringt Sie in Verbindung mit Ihrer Seele und zeigt, wie Sie mit Körper, Klang, Bildern und Seelensprache deren Heilkraft aktivieren können. Vom 9. bis 11. Dezember bietet Meisterheilerin Petra Herz, weltweite Repräsentantin von Meister Sha, den Workshop „Advent der Vergebung“ in Graz an.

Weitere Informationen:
www.drsha.at

Selbstheilung durch Seelenkraft nach Meister Dr. Zhi Gang Sha



Workshop:

„GÖTTLICHE HEILENDE HÄNDE“

25. bis 27.11.2011 mit Meisterin Petra Herz in Villach
Ausbildung zum „Divine Healing Hands Practitioner“

- Energieübertragung der „Göttlichen Heilenden Hände“
- Ihre Kraft und Bedeutung
- Anwendung bei der Selbstheilung, der Gesundung anderer sowie für Gruppen- und Fernheilsegnungen
- Wirkungsebenen: physischer, mentaler, emotionaler und spiritueller Körper sowie Beziehungen und Finanzen

BESUCHEN SIE UNS AUF DER MESSE „GESUND & GLÜCKLICH“: STAND-NR. 46



Love Peace Harmony Institut

Unsere
Power of Soul Gruppen
finden Sie in
Wien • Graz
Klagenfurt • Flachau

info@drsha.at
Telefon +43 699 1477 0000
www.drsha.at

Liebe dich selbst!

Meine Frau Bärbel hat vielen Menschen sehr viel gegeben. In der Zeit nach ihrem Fortgehen erreichten mich sehr viele berührende und Anteil nehmende Briefe und Mails. Viele Leser ihrer Bücher beschäftigen sich anscheinend mit der Tatsache, dass Bärbel gestorben ist. Wie konnte das ihr, Frau „Oberwunsch“, der einzig rechtmäßigen „Miss Universum“, widerfahren. **VON MANFRED MOHR**



Bärbel und Manfred Mohr, der Bärbels Arbeit in ihrem Sinne fortführt.

Eine Leserin schrieb mir beispielsweise, wie sehr sie der Tod meiner Frau so wütend gemacht hat, dass sie im ersten Moment erst einmal alle Bücher von ihr in eine Kiste gestopft hat. Aber dann kam gleich der heilsame Impuls in ihr: „Ich möchte nun nichts mehr über die Änderungen in meinem Leben lesen. Nein, jetzt setzte ich alles daran, meine Träume auch zu verwirklichen“.

Bis zu diesem Zeitpunkt hatte sie das Konzept falsch verstanden, sie hatte immer gedacht, wünschen allein ist ausreichend. Ihr wurde bewusst, dass es darum geht, selbst die Verantwortung für sein Leben zu übernehmen, und sein Leben selbst in die Hand zu nehmen! Das kann bedeuten, auch mal Nein zu sagen. Auch der Mut, Nein zu sagen, ist ein Schritt zu mehr Selbstliebe. Denn ganz oft ist ein Nein zu dir ein Ja zu mir.

Während ihrer Krankheit hat sich Bärbel sehr mit dem Thema Selbstliebe beschäftigt. Und so lag es nah, auch darüber zu schreiben. Das war eigentlich immer so, immer lag ein Geheimnis ihres berührenden Schreibstils schlicht und einfach darin, dass sie einfach nur niederschrieb, was sie sowieso gerade beschäftigte. Und an ihren Zweifeln, Ängsten, Erfahrungen und Erfolgen ließ sie dann ihre Leser einfach auch teilhaben. Denn sie war immer und alle Zeit eine von uns.

Schon ganz zu Anfang auf der ersten Seite von „Bestellungen beim Universum“ schreibt sie den wunderbaren Satz: „Das, was man kann, lebt man. Und das, was man nicht kann, lehrt man. Das heißt, ich bin auch nicht perfekt, und das Leben ist eine tägliche Übung für mich.“

Für sie war das Schreiben der Bücher, das Halten von Vorträgen eine Art zu lehren, um selbst dabei am allermeisten zu lernen. Und dabei hat sie sich auch niemals als etwas Besonderes empfunden. So schreibt sie am Ende des zweiten Buches des kosmischen Bestellservices:

„Ab und zu schreiben mir Leser, die zu glauben scheinen, dass ich irgendwie besonders schlau oder vielleicht schon halb erleuchtet bin. Ich frage mich dann, ob sie Bestellungen beim Universum wirklich gelesen haben. Denn wie könnten sie sonst ausgerechnet mich für besonders schlau halten - bei dem, was ich alles so anstelle? Tut mir einen Gefallen, und vergesst diesen Mist. Ich fühle mich nicht wohl dabei. Die Botschaft lautet doch

ganz im Gegenteil: Wenn DIESE durchschnittlich Verrückte Bestellungen beim Universum ohne Ende aufgeben kann und so viele unwahrscheinliche Dinge geliefert bekommt, dann kann ICH es doch wohl erst recht! So und nicht anders solltet ihr das sehen.“

Bärbel war auch „nur“ die Überbringerin der Botschaft. Dies wird anscheinend auch oft missverstanden. Die Tatsache, dass Bestellungen funktionieren, hat nichts mit Bärbel zu tun. Genauso wenig wie mit anderen „Päpsten der Wunscherfüllung“. Bestellungen beruhen auf einem kosmischen Prinzip, das nur immer auf neue Weise von einigen Autoren wie Bärbel interpretiert und beschrieben wird. Es führt gänzlich in die Irre, aus den Fehlbarkeiten solcher Autoren eine Fehlbarkeit des Prinzips ableiten zu wollen.

Und wenn ein solcher Autor offen und selbstkritisch genug ist, dann lässt er die Leser an seinen Bemühungen teilhaben, dieses kosmische Prinzip zu verstehen. Für mich stellt unser letztes Buch „Das Wunder der Selbstliebe“ Bärbels abschließenden Versuch dar, uns ihr Verständnis der Funktionsweise von Bestellungen nahezubringen. Für mich ist dieses Buch die Quintessenz all ihrer Bücher, die da lautet: „Liebe dich selbst, und das Universum öffnet dir all seine Türen“.

Immer häufiger spreche ich auch mit Menschen, die meinen, das Jahr 2011 sei das Jahr der Selbstliebe. Clemens Kuby erzählte mir als erster davon. Dann hörte ich,



FOTO: JOUJOU / PIXELNODE

Bernd Hellinger habe seine Aufstellungen gänzlich neu erfunden, indem er die Menschen einfach nur noch zueinander sagen lässt: „Ich liebe dich“. Und irgendein kosmischer Zufall hat bewirkt, unser Buch über Selbstliebe genau zu Anfang 2011 erscheinen zu lassen.

Um ein Beispiel zu geben, wie Selbstliebe wirken kann, sei das Mantra „Ich liebe mich und bin es wert, geliebt zu werden“, erwähnt. Vor Jahren schon empfahl Bärbel dieses Mantra einer Freundin, die sich beklagte, ihr Mann nehme sie zu wenig in den Arm und schenke ihr zu wenig Aufmerksamkeit. Die Frau rezitierte daraufhin dieses Mantra innerlich den ganzen Tag, mit durchschlagendem Erfolg: Ihre Tochter kam plötzlich nach der Schule zu ihr hingelaufen, küsste ihren Arm ab und sagte: „Mama, ich hab dich ganz lieb“. Nun muss man wissen, das hatte sie noch nie zu ihrer Mutter gesagt, das Verhalten war gänzlich neu. Von ihrem Mann kann ich leider noch nichts Derartiges vermelden.

Ein anderes Beispiel: Nach einem meiner Seminare zum Selbstliebe-Buch schrieb mir eine Teilnehmerin: „Als ich gestern zu meinen Eltern nach Hause kam, ging es unserem Hund nicht gut. Als ich ihr meine

Hände aufgelegt hab, hat sie sich dann ganz beruhigt auf den Boden gelegt und 12 Stunden durchgeschlafen. Seit sie dann heut Morgen aufgestanden ist, ist sie wieder ganz die Alte. Meine Mama war schon sehr überrascht, wie schnell es ihr besser ging, seit ich sie gestreichelt hab. Die Hände waren direkt total heiß und ich hab ihr mal ne kräftige Ladung Liebe verabreicht. Meiner Mama dann auch noch gleich hinterher.“

Die wichtigste Grundlage des Bestellens ist also die Selbstliebe. Auf Grund meiner langjährigen Erfahrungen mit Seminarteilnehmern kann ich sagen, dass Bestellungen umso besser funktionieren, je mehr die Person, die sich was

wünscht, durch Selbstliebe selbst positive Impulse hinaus sendet. Im Selbstliebe-Buch geht es vor allem darum, dieses Fundament zu schaffen und weiter auszubauen.

Begleitend dazu ist Anfang 2011 eine Art „Praxisbuch zur Selbstliebe“ von mir erschienen: „Die fünf Tore zum Herzen“. Dieses Buch gibt Hilfestellungen, den Kontakt zum Herzen aufzubauen und das Herz mehr zu spüren. Die fünf Tore sind überschrieben mit den Begriffen Bewusstsein, Mitgefühl, Heilung, Erfüllung und Bestimmung. Jedes dieser Tore kann uns mehr in die Selbstliebe bringen und uns die Welt so zeigen, wie sie wirklich ist. Ich freue mich sehr, Bärbels Arbeit in ihrem Sinne weiter fortführen zu dürfen.

INFO

Dr. Manfred Mohr ...

... ist Seminarleiter, Autor und Coach. Im Mittelpunkt seiner Arbeit steht vor allem die Vertiefung des Herzkontaktes. In seinen Workshops und Vorträgen bringt er die Menschen ins Erleben und lässt sie den Wunsch ihres Herzens spüren. Er war mit der im Oktober 2010 verstorbenen Bestsellerautorin Bärbel Mohr verheiratet und lebt mit ihren gemeinsamen Zwillingen in der Nähe von München. Er wird ihr geistiges Erbe weiterführen.

Vorträge:

„Das Wunder der Selbstliebe“ mit Manfred Mohr:

Freitag, 18.05.2011: Hollersbach Talstation Panoramabahn.

Samstag, 19.05.2011: Congress Center Wörthersee CCW, Pörschach.

Jeweils 19.00 Uhr.

Preis: 22,50. Karten erhältlich im Internet unter www.oeticket.com, am Telefon unter der Nr. 01 96096 und bei allen Libro-Filialen sowie bei allen Raiffeisenbanken, Sparkassen und Volksbanken in Österreich.

Bücher:

„Das



Wunder der Selbstliebe“. Das letzte Werk, das Bärbel gemeinsam mit ihrem Mann in den Monaten vor ihrem Tod schrieb. Verlag Gräfe und Unzer 2011, ISBN: 3-8338-2283-X, 160 Seiten, 14,90 [D] | 15,40 [A] | CHF 21.90 [CH].

„Die 5 Tore zum Herzen“ von Manfred Mohr, das 2011 zeitgleich erschien. KOHA-Verlag 2011, ISBN 3-86728-152-1, 172 Seiten, 12,95 [D] | 13,40 [A] | CHF 20,50 [CH].



FREI sein heißt in seiner MITTE Sein- die Basis für ganzheitliches Wohlbefinden!

Stress, burn-out, Krankheiten aller Art, ungünstige bzw. schwierige Lebensumstände, Mangel an Kraft, Energie, Lebensfreude, usw. sind unbewusste Verstrickungen zwischen den wahren Bedürfnissen der Seele, des Selbst und dem individuellen „Alltags“-Verhalten geprägt vom Denken, Fühlen und Handeln.



FOTOS: KK / ANZEIGE

Karin Steiger Yoga-Schule Kärnten.

Was macht wieder FREI?

Der nachhaltige Lösungsansatz ist auf allen Ebenen immer BEWUSSTER und ACHTSAMER zu werden.

FREI werden ist...

...ein „Ent“-„wicklungs“-„Prozess“ der durch Meditation, Yoga, Coaching und Energie-Arbeit erfolgreich unterstützt wird. Deren ganzheitlich wirkender Ansatz ermöglicht es, die WAHREN Bedürfnisse zu erkennen und gibt gleichzeitig Kraft und Ruhe sich von den bis dahin unbewussten hinderlichen Ursachen, Mechanismen – den Verstrickungen, zu lösen. Dies ist der

Beginn wieder **FREI** zu werden und in seine Mitte zu kommen. Die Energien können wieder **FREI** fließen für Lebensfreude, Kraft und Wohlbefinden.

KONTAKT



Energet[h]ik-Zentrum

Dirk Bock

Ginzkeygasse 2, 9020 Klagenfurt a. WS

Fon: 0463 / 240 210

Mobil: 0664 / 73 884 100

kontakt@energethik-zentrum.at

www.energethik-zentrum.at

Hilfe wenn man sie am dringendsten braucht!

„HerzPunkt“ unterstützt und begleitet Menschen, die sich in besonders schwierigen seelischen Situationen befinden.



FOTOS: KK / ANZEIGE

Michaela Kaufmann

Michaela Kaufmann, Gründerin und Obfrau des gemeinnützigen Vereins „HerzPunkt“, weiß wovon Sie spricht, wenn Sie von Menschen erzählt, die sich

in besonders schwierigen seelischen und/oder finanziellen Situationen befinden. Eltern mit gehandicapten Kindern, Pflegende, Trauernde oder Pensionisten mit kleinstem Einkommen sind die Ansprechpersonen für den kürzlich gegründeten gemeinnützigen Verein „HerzPunkt“. „Wir haben es uns zur Aufgabe gemacht, dass ganzheitliche Selbstheilung, spirituelles Wachstum und das Erkennen der

Eigenverantwortung jedem, unabhängig von seinem finanziellen Status, zugänglich gemacht werden soll“, erklärt Kaufmann nicht ohne Stolz.



Petra Brühl, Michaela Kaufmann & Susanne Vogler

Uneigennützig gemeinnützig auch in Zeiten der Wirtschaftskrise ist das Ziel des Vereines, der „Kraft“ für seine Mitglieder leistbar macht.

Drei ehrenamtliche Energetikerinnen bieten diesen Menschen nach Voranmeldung jeden Mittwoch energetische Anwendungen auf freiwilliger Spendenbasis an. „Zur Erreichung körperlicher und

energetischer Ausgewogenheit und Aktivierung der Selbstheilungskräfte ist Hilfestellung im energetischen Bereich äußerst hilfreich.

Mit Hilfe von „HerzPunkt“ muss niemand mehr darauf verzichten und kann so wieder in seine Kraft kommen.“

Interessierte, Unterstützer und Sponsoren melden sich bitte bei Michaela Kaufman

KONTAKT

Michaela Kaufmann

Tel: 0699 12739675

Verein HerzPunkt

10.-Oktoberstrasse 22,

9020 Klagenfurt

email: HerzPunkt@gmx.at

www.lebensenergieladen.at.tt/herzpunkt



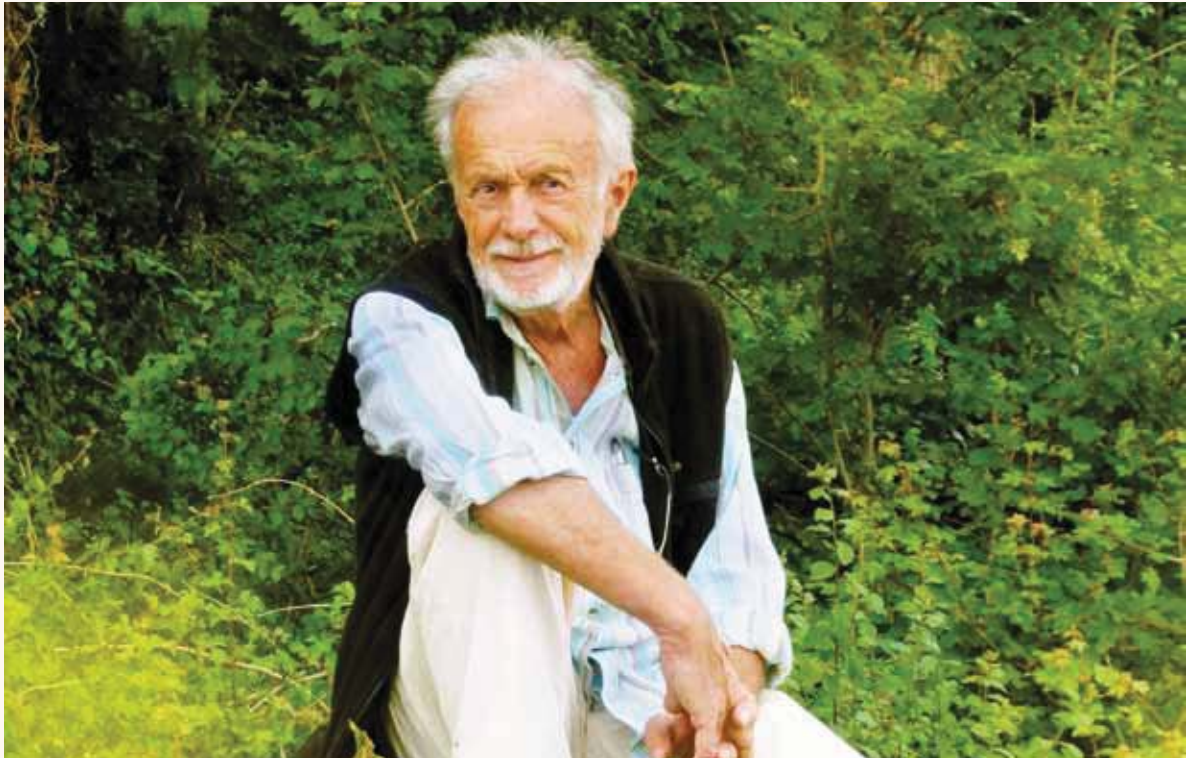


FOTO: KK

Bestsellerautor Johannes Holey.

Ein Freiheitskämpfer gegen jede Vermassung

Einst war er ein erfolgreicher Manager eines renommierten Betriebes in der deutschen Bekleidungsindustrie. Heute konzentriert er sich als Sachbuchautor und Vortragsreisender auf den laufend zunehmenden Bewusstseinswandel unserer Zeit. Die Rede ist von Johannes Holey, der zusammen mit der Kunstmalerin und Autorin Brigitte Jost im badischen Großschönach lebt.

Der im Jahr 1935 geborene Holey ließ Ende der 1990er Jahre seine Identität als Firmenmanager, der auch zahlreiche Ämter z.B. als Gemeinderat und Bankvorstand inne hatte, zurück und folgte dem Ruf seiner spirituellen Bestimmung. Mittlerweile sind von ihm mehrere Bücher sowie Vorträge auf Video erschienen. „Dabei versuche ich, mein früheres Managerdenken den neuen Herzensschwingungen anzupassen und über die möglichen Wege und die ungeahnten Möglichkeiten der Neuen Zeit für unseren individuellen Bewusstseinswandel zu berichten“, erklärt der neunfache Großvater. Die Aufklärung der Zu- und Umstände, wie das heutige Menschheitskollektiv aus sich selbst und mit Unterstützung

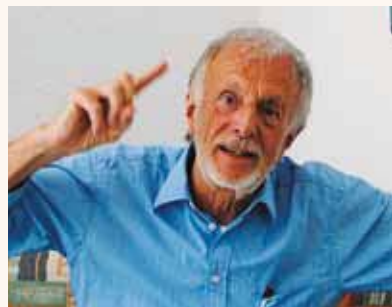
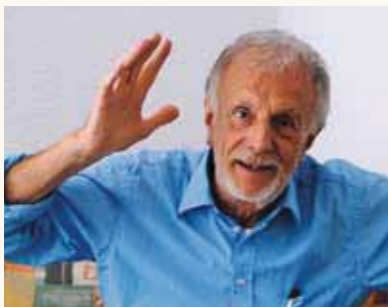
„himmlischer“ und außerirdischer Energien und Wesenheiten seine seelische Evolution abschließen kann, ist dabei das dringende Anliegen von Holey.

Inzwischen war der eigene „amadeus-verlag“ gegründet und nach einem seiner Enkel benannt worden. Sein erstes Buch „Jesus 2000“ wurde inspiriert durch sehr persönliche Erfahrungen und Erlebnisse mit dem Jesus-Bewusstsein.

Übernommen wurde der Verlag schließlich von Holeys Sohn Jan Udo, besser bekannt unter dem Namen Jan van Helsing, dessen viele Erfolgsbücher gerne als Verschwörungsliteratur abgewertet werden. Nach dieser Verlagsübernahme konnte Holey seine „spirituelle Philosophie leben und lieben“.

Und dies kann man spüren in all seinen Werken, die danach erschienen sind. So wie in den beiden Büchern „Jetzt reicht's“ (Teil 1 und 2), in denen er so manch' einen Schwindel aufdeckt. „Mein Vater verspricht Ihnen, dass Sie durch mehr und besseres Wissen Ihre Lebensqualität auffallend verbessern werden – für sich selbst und Ihre Familie. Er ist ein lebenslanger Freiheitskämpfer gegen jede Vermassung“, schreibt Holeys Sohn Jan van Heising dazu. In Holeys Bestseller „Bis zum Jahr 2012“, der bereits in 7. Auflage erschienen ist, wird jedem verständlich, was sich beim Aufstieg in den höheren Schwingungsbereich in seinem Leben vollziehen wird (siehe auch „Buchtipps“).

Interview



FOTOS: ROLF BICKELHAUPT

„Jetzt reicht's!“

In seinem Heimatort, dem badischen Großschönau, nahe dem Bodensee gelegen, empfing Bestsellerautor Johannes Holey den Chefredakteur des Magazins „gesund & glücklich“ Rolf Bickelhaupt zu einem Interview.

Am 19. November halten Sie in Klagenfurt den Erkenntnisnachmittag Zeitenwende 2012 bis 2015 und unsere beiden Gehirnhälften. Was ist denn das - eine Zeitenwende?

Folgendes Astronomisch-Spirituelles ist viel zu wenigen bekannt: Unser gesamtes Sonnensystem vollendet regelmäßig einen Umlauf von 25.920 Erdenjahren - das sog. Platonische Weltenjahr. Eine Halbzeit bewegt sie sich mit knapp 13.000 Erdenjahren von einer Zentralsonne oder einem göttlichen Raumzentrum - im Buddhismus von Brahma - weg und danach in seiner maximalen Gottesferne wieder rund 13.000 Erdenjahre lang zurück.

In den Energien dieses Umkehrpunktes stecken wir bereits. Ich nenne diesen Prozess einfach Zeiten-Wende. Wir und unser ganzer Planet werden schon mit einem immensen Ausmaß an Veränderungen konfrontiert - fast täglich! -, die es eigentlich im Sinne der Zeitenwende zu begrüßen gilt. Als Schlagwort muss dabei der Maya-Kalender herhalten, der in regional verschiedenen Auslegungen ein passendes Zeitfenster öffnet. Denn nach einer der drei Datums-Interpretationen endet der eine Maya-Kalender endgültig an der Winter-Sonnenwende des Jahres 2012 - statt einer irdischen Sonnenwende wird es diesmal eine kollektive Bewusstseins-Wende, weil inzwischen auch kosmische und höherfrequente Schwingungen

und Energien zu noch ungeahnten Bewusstseinsweiterungen der Menschen anregen.

Die meisten Interpreten dieser indigenen Überlieferungen sehen darin den End- oder Wendepunkt unserer jahrtausendlangen Menschheitsentwicklung, die sich einem globalen Kollaps des materialistischen Denkens und Ausbeutens nähert. Wird aus dem Zusammenbruch der alten materialistischen Welt der Evolutions-Turbo einer neuen Menschheit?

Für das materialistische Machtssystem wird das wohl zu einer Apokalypse, womit sie ja versuchen, damit tüchtig Angst zu machen. Es wird somit höchste Zeit für eine Wende - wie ich sie seit mehr als zehn Jahren als Aufstieg der Menschheit ankündige. Der Countdown läuft schon.

Und dann bringen Sie bei Ihrem Erkenntnisnachmittag auch noch unsere beiden Gehirnhälften mit dieser Zeitenwende in Verbindung. Das ist aber wirklich erklärungsbedürftig...

Sehr sogar. Denn unzählige moderne Erkenntnisse wie auch altbewährtes Wissen werden in unseren Medien verschwiegen. Und gerade wegen der verschiedenen Angstmachereien stelle ich eine meist überraschende und humane Theorie vor.

Mit dem schon lange abnehmenden Erdmagnetfeld steigt die Energie der sog. Erdkonstante, die Schumann-Resonanzfrequenz, die

ursprünglich 7,83 Hz hatte und jetzt schon global mit 10 und regional noch höheren Hertz-Werten schwingt. Und dieser Schwingungsbereich ist schon längst bekannt als sog. Alphazustand, in dem unsere beiden getrennten und gegensätzlich wirkenden Gehirnhälften, die linke und die rechte, harmonisieren - z.B. in der Entspannung, in der Meditation, im Gebet, im Wald, im Hochgebirge, im Urlaub usw.

D.h., die ganze Menschheit erfährt zurzeit - unterbewusst oder bewusst - eine innere Harmonisierung. Unsere linke rationale Gehirnhälfte mit dem ICH und dem Verstand sowie unsere rechte intuitive mit dem WIR und den Gefühlen ergänzen sich allmählich - ein wahrer Segen! Ein Beispiel: Für unsere linke GH werden immer mehr Themen nicht so wichtig wie bisher und für unsere rechte GH werden viele Themen sehr wichtig und viel klarer als früher.

Und was für einen Nutzen haben die TeilnehmerInnen des Erkenntnisnachmittags für sich selbst?

Immer mehr zu erkennen bringt jedem eine entsprechende Bewusstseins-Erweiterung. Und in der täglichen Flut der gefälschten wie auch ablenkenden Informationen der Medien wirkt das Kennen und Erkennen wie ein Schutzfilter, um einen individuellen wie auch emotionalen Abstand zu den Dingen zu bekommen. Ein solcher macht uns



FOTO: ROIF BICKELHAUPT

Johannes Holey zusammen mit seiner Lebensgefährtin Brigitte Jost, die als Sängerin und Musikerin, Kunstmalerin, Visionärin und Autorin wirkt

sonst frei, denn hinter allem steht ausnahmslos die Macht des Geistes.

Durch die geistige Gleichschwingung Gleichgesinnter entsteht dann ein stabilisierendes Energiefeld, ein Feld positiver Energien - mit weniger Ängsten und mehr Selbstbewusstsein.

Einer Ihrer Vortragstitel heißt „Jetzt Reicht's“. Was reicht Ihnen denn?

Ja, jetzt reicht's! Einerseits „reicht es“, wie heute Machtzentren mit uns umgehen - in der Politik, in den Finanzen, in den Wissenschaften, der Familienzerstörung und mehr. Und andererseits „reicht es“, wie wir brave Konsumenten mit unserer Gesundheit umgehen lassen.

Heißt das, wir werden permanent beschwindelt?

Und wie! Ich erwähne hier nur vier Stichworte: die Light-Produkte, wo die ursprüngliche Qualität von Lebensmitteldesignern durch kostengünstige Chemie ersetzt werden muss; durch Informationslügen, die zu bewusstem Mangel bei lebensnotwendigen Vitaminen, gesunderhaltenden Mineralien und Vitalstoffen führen; die verheimlichten Vergiftungen der Softdrinks, der Aluminium-Seuche, Fluoride, Süßstoffe, synthetische Glutamate und mehr und die Elektrostress-Dauerbelastungen der Kommunikationsindustrie mit Handy, Schnurlostelefonen, WLAN mit ihren gepulsten Mikrowellen - in all diesen Fällen handelt es sich um behördlich genehmigte Krankmacher oder Killer. Stillschweigend

wurden so die Symptome der Schlaflosigkeit und der Depressionen zur Volkskrankheit Nr. 1.

Und wie kommen wir Patienten aus diesem Kreislauf des belastenden Krankheits- und Ernährungsschwindels heraus?

Das ist nicht leicht. Angeblich gibt alleine die Nahrungsmittelindustrie in Deutschland zehnmal soviel für Werbung aus wie die Autoindustrie. Achtsamkeit und Bewusstwerdung sind da ganz wichtig. Was muss denn erst immer wieder als eine Katastrophe passieren, bis jedes Mal weitere Menschen erwachen?

Mutige Wahrheits-Informanten sind außer den Fachgeschäften und immer mehr Sachbuchautoren, das Internet und alternative Fachzeitschriften und Messen wie die „gesund & glücklich“. Erfreulicherweise erleben wir schon BIO und Versorgerorganisationen in verschiedensten neuen Formen, die zunehmen und sich immer dichter vernetzen.

Bei all dem, was wir bisher von Ihnen gehört haben, stellt sich die Frage: Was hat den ehemaligen Unternehmer eines renommierten Betriebes der Bekleidungsindustrie zu einem solchen Provokateur gemacht?

Vieles dessen, was heute massiv gesundheitsbelastend geworden ist, hat unsere Familie schon seit den 1980er Jahren gelebt, wir alle waren auch eine zeitlang Vegetarier - heute bin es nur noch ich. Als ich mich dann als Un-ruheständler vom Betrieb trennen konnte, wurde das Bücherschreiben und Referieren zu einer erfüllenden und sinnvollen Aufgabe. Auch zu einer nötigen, denn was sich damals erst langsam aufbaute, eskaliert heute zu geradezu brutalen Wirkungsweisen. Doch da gibt es ja nun die Zeiten-Wende.

BUCHTIPP

Bücher von Johannes Holey:

„Bis zum Jahr 2012 - der Aufstieg der Menschheit“

Planet und Menschheit stehen heute am Beginn eines neuen Zeitalters und Veränderungen in und um uns erleben wir täglich. Der Autor verrät viel Geheimgehaltenes und entscheidende Voraussetzungen auf unserer materialistischen Ebene, dass es dabei endlich zu einem ethischen Bewusstseins-Sprung der Menschheit kommt. Das geht bestimmt ohne Strafgericht und die Zeit um 2012 wird als Zyklen-Ende zu einem einmaligen Zeitfenster. Dabei bleibt offen, ob es danach Monate oder Jahre dauern wird, bis unser innerer Frieden das äußere, prophezeite Friedensreich für immer stabilisiert. Mit praktischen Anleitungen im Anhang. Amadeus-Verlag, 440 Seiten, 7. Auflage ISBN 978-3-9805733-7-5 20,30 [D] / 20,90 [A] / CHF 32,40 [CH]

„Jetzt reicht's! - Rote Karten für Krankheits- und Ernährungsschwindler“

Der Autor deckt in seinem 2. Band von „Jetzt reicht's!“ eine Menge dreister Schwindel auf. Verteilen Sie mit ihm die ‚Roten Karten‘ und profitieren Sie vom Rauschmiss belastender Krankheits- und Ernährungsschwindel aus Ihrem Leben. Dabei erkennen wir, dass die Profiteure nur deshalb damit Erfolge haben, weil wir nicht nur ahnungslos und unwissend, sondern oft auch bequem mitmachen.

In einer Zeit, in der immer mehr Masken fallen und Lügen Beine kriegen, finden wir in eine neue Bewusstwerdung, die uns gesund durchs Chaos gehen lässt. Warnungen wie auch Vorschläge dazu füllen das Buch.

Amadeus-Verlag, 320 Seiten, ISBN 978-3-938656-09-9 19,70 [D] / 20,25 [A] / CHF 32,00 [CH]

KONTAKT

Johannes Holey
Zur Lochmühle 10, D-88634 Großschönach
Tel: +49 (0)7552 38 20 956
johannes-holey@gmx.de
www.johannes-holey.de

VERANSTALTUNGSTIPPS

Vorträge „Jetzt Reicht's“
17.11.2011, 19.30 Uhr, Mittersill Nationalparkzentrum
18.11.2011, 19.30 Uhr, Lienz Bundesrealgymnasium Aula

Erkenntnisnachmittag „Zeitenwende 2012 bis 2015 und unsere beiden Gehirnhälften“

19.11.2011, 13.00 Uhr, Klagenfurt Messezentrum

Karten über www.oeticket.com und bei allen Libro-Filialen und Raiffeisenbanken in Österreich.



FOTO: KK

Jeanne Ruland wünscht eine gute Reise durch das „Merkurjahr 2012“.

Am 21. Dezember 2012 - zur Wintersonnenwende - steuern wir auf eine äußerst seltene astronomische Konstellation zu. An diesem Tag wird die Sonne in Konjunktion mit der Milchstraße stehen. Dieser Ort befindet sich in der durch interstellare Staubwolken gebildeten „Dunklen Spalte“. Wir dürfen ein globales Erwachen, deren Teil wir sein dürfen, erleben. Zur Dämmerung wird sich die Sonne direkt in der dunklen Spalte befinden, alle Punkte der Milchstraße ringsum erfassen und sämtliche Stellen der Erde berühren.

Nach der Mythologie der Mayas wird sich am Tag der Wintersonnenwende ein kosmisches Himmelstor öffnen und ein neues Weltzeitalter

geschrieben und im Internet nachgelesen werden. Doch was wir wissen ist, dass eine Neuordnung in ein höheres und weiteres Bewusstseinsfeld stattfindet. Diese bewusstseinsverändernden Prozesse, die schon längst begonnen haben, werden sich künftig immer mehr verstärken.

In dieser Phase haben wir - wie bei jeder Neuordnung - zuerst das Gefühl von einem kreativen Chaos, durch das wir uns Schritt für Schritt hindurch bewegen. Erstmals werden wir in die Lage versetzt, uns einem Wissensschatz zu öffnen, der ewig ist und der bisher nur einzelnen Menschen zugänglich war. Wir beginnen zu erwachen, zu erkennen und zu staunen.

Reise durch das „Merkurjahr“

2012 ist ein besonderes Jahr, geht doch am 21. Dezember der Mayakalender zu Ende. Viele Menschen fiebern diesem Ereignis entgegen. Aber was wird es uns bringen? Einige Gedanken dazu. **VON JEANNE RULAND**

geboren. So dürfen wir Zeitzeuge einer kosmischen Geburt werden. Ein alter Kreis schließt sich, ein neuer Zyklus beginnt.

Wir befinden uns in Mitten eines Evolutionssprungs, von dem wir nicht wissen, wie er sich auswirkt und wohin er uns führt. Spekulationen dazu gibt es viele und diese können

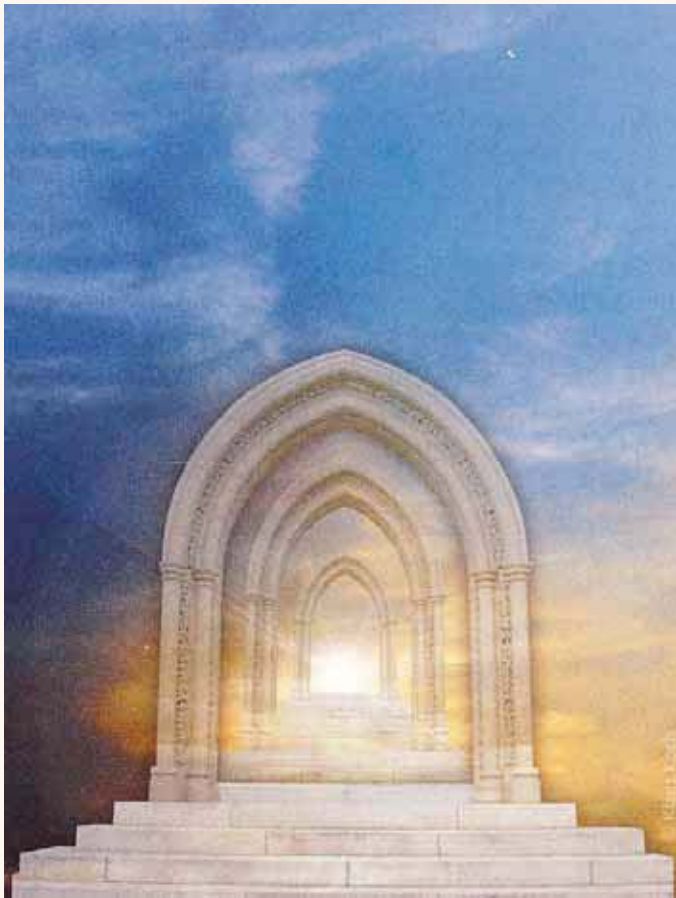
*Gott ruht in den Steinen,
Gott atmet in den Pflanzen,
Gott träumt in den Tieren,
und wartet auf sein Erwachen
in den Menschen.
(bekanntes indisches Sprichwort)*

Merkur wurde einst als Stern den altägyptischen Göttern der Einweihung Seth und Thot, später dem Götterboten Hermes zugeordnet, der als Mittler zwischen Göttern und Menschen fungiert. Meist nur in der Dämmerung sichtbar, ist Merkur ein besonders schnell drehender und rastloser Planet, der seine Zustände sehr rasch ändern kann. Daher ist es nicht verwunderlich, dass das Jahr 2012 ein Merkurjahr ist mit einem Planeten der Dämmerung und verbunden mit den alten Göttern der Einweihung.

Die Auflösung alter Systeme, die schon längst begonnen hat, und die unglaublich schnelle Informationsweitergabe werden sich im Jahr 2012 noch verstärken. Merkur mit seiner schnellen Bewegung und seinen plötzlichen Temperaturwechseln beschert uns einen schnellen Informationsaustausch und ein ständiges auf und ab. Doch so schnell die Dinge kommen, so schnell sind sie auch wieder weg.

Jeder von uns wird diese Zeit ganz anders empfinden und erleben, je nach seiner eigenen

FOTO: KLAUS KOCH®. ENTNOMMEN AUS „ALOHA-KALENDER 2012“.



„Mittwoch ist die Mitte der Woche. Er ist der Tag des Merkurjahres, denn es ist 2012 besonders wichtig, immer wieder in seine Mitte zurückzukehren und sich auszurichten“.

Ausrichtung, seiner Werte und seiner Absichten. Der Weg in diesem Jahr bedeutet, sich immer wieder ins Herz zu begeben, nach innen zu lauschen, abzuwarten und dem nächsten Impuls im Herzen zu folgen. Sich zu verbinden mit dem unbegrenzten Potential im Inneren und das zu tun, was wir in uns von innen heraus fühlen und empfinden. *Der richtige Ort ist dein offenes Herz und der Ort, an dem du gerade bist.*

Die richtige Zeit ist immer die Gegenwart - JETZT.

Die richtige Handlung ist die, die mit Leichtigkeit aus deinem Inneren kommt.

Sage dir mehrmals am Tag: „Ich bin zur richtigen Zeit am richtigen Ort und tue genau das Richtige.“

In diesem Sinne wünsche ich eine gute Reise durch das Merkurjahr.

Möge der goldene Regen des Segens Sie sicher durch die Dämmerung in einen neuen Morgen führen.

VORTRÄGE „AUSSICHT AUF DAS JAHR 2012 & SEGNUMG DES JAHRES“ UND „RAUHNÄCHTE UND WIE SIE DAS JAHR 2012 BEEINFLUSSEN“

Jeanne Ruland: „An diesen Abenden möchte ich mit ihnen auf das vor uns liegende Merkurjahr 2012 schauen, das alte Jahr mit ihnen beschließen und in die Zwischenräume, die Ruhnächte schauen, so dass sie einen sanften und schönen Übergang in eine neue Zeit erleben können. Ich möchte mit ihnen das neue Jahr segnen, damit sie auf einer Welle der Liebe und des Segens im Jahr 2012 getragen werden. Gerne gehe ich auf persönliche Fragen ein. Ich freue mich auf diese Abende mit ihnen. Viel Segen und Liebe“.

Vorträge: „Aussicht auf das Jahr 2012“ & „Segnung des Jahres“

Donnerstag, 01.12.2012: Hollersbach Talstation Panoramabahn,

Samstag, 03.12.2012: Hambrusch-Säle Grafenstein (bei Klagenfurt), jeweils 19.30 Uhr.

Vortrag: „Ruhnächte und wie sie das Jahr 2012 beeinflussen“

Freitag, 02.12.2012: Bundesrealgymnasium Lienz, 19.30 Uhr.

Preis: 22,50 € pro Vortrag. Karten sind im Internet unter www.oeticket.com, am Telefon unter der Nr. 01 96096 sowie bei allen Libro-Filialen und bei allen Raiffeisenbanken, Sparkassen und Volksbanken in Österreich erhältlich.

JEANNE RULAND

Mutter von drei Kindern, ehemalige Flugbegleiterin, Buchautorin mit langjähriger schamanischer und metaphysischer Ausbildung und anerkannte Heilerin im Dachverband Geistiges Heilen. Mittlerweile kann Sie auf einen reichen Erfahrungsschatz und viele praktische Erfahrungen im Umgang mit den geistigen Kräften, die jedoch im Kern alle zur Einheit, zu Gott, zur Quelle führen, zurückgreifen. Dieses Wissen gibt sie gerne weiter, um andere im Herzen zu berühren.

BÜCHER:

„Aloha-Kalender 2012“

Der erfolgreiche Aloha-Kalender von Jeanne Ruland erscheint bereits zum dritten Mal und bietet wieder viele neue spannende Einblicke in die Welt Hawaiis und die Weisheiten des Huna. Kenntnisreich geschrieben und liebevoll illustriert ist er mit seinen spirituellen Anregungen und Übungen ein wertvoller Begleiter durch das Merkurjahr 2012.

Schirner Verlag 2011, ISBN 978-3-8434-9906-4, 160 Seiten, 9,95 [D] | 10,30 [A] | CHF 14,90 [CH].

„Das Geheimnis der Ruhnächte“

Die „Ruhnächte“ - der Zeitraum zwischen Weihnachten und dem Dreikönigstag am 6. Jänner - gelten schon seit ewigen Zeiten als heilige Zeit. Es ist eine Zeit, in der möglichst nicht gearbeitet, sondern gefeiert, Rückschau gehalten und orakelt werden sollte.

Jeanne Ruland hat mit diesem Buch alles Wissenswerte zu den Ruhnächten zusammengetragen. Lassen Sie sich beflügeln und inspirieren von kleinen Ritualen, Meditationen, praktischen Übungen und zahlreichen hübschen Gedichten.

Schirner Verlag 2009, ISBN 978-3-89767-865-1, 96 Seiten, 6,95 [D] | 7,20 [A] | CHF 12,90 [CH].

„Advents- und Weihnachtsrituale“

Dieses zauberhaft gestaltete Büchlein ermöglicht es Ihnen, die Vorweihnachtszeit auf ganz besondere Weise zu genießen. Lassen Sie sich von der beliebten Autorin Jeanne Ruland auf die Adventszeit einstimmen. Und die Autorin hält für Sie vom 1. bis 24. Dezember an jedem Tag eine Überraschung für Sie bereit. Ausgewählte Rituale, Meditationen, Übungen und Tipps begleiten Sie beim Warten auf das Licht des neuen Morgen.

Schirner Verlag 2010, ISBN 978-3-89767-929-0, 112 Seiten, 6,95 [D] | 7,20 [A] | CHF 12,50 [CH]



Allerheiligen und Allerseelen, Zeit des Erinnerns, der Wehmut aber auch der Hoffnung und des Glaubens...

...und es huscht ein kaum merkliches Lächeln über das Gesicht der alten Dame. Ein Gesicht, das Geschichten erzählt. Ausdrucksstark und beseelt von vielen erlebten Sommern und glücklichen Tagen aber auch geprägt von strengen Wintern und entbehrungsreicher Zeit.

Es ist dieses Lächeln, das uns die Menschen schenken, denen wir in den oft düstersten Stunden ihres Lebens zur Seite stehen und die wir ein Stück weit begleiten dürfen. Diese uneingeschränkte Dankbarkeit, welche man nur in sehr wenigen Berufen erfährt, ist mit ein Grund, der uns nach immer höherer Qualität in unserem Tun streben lässt, um dieser verantwortungsvollen Aufgabe gerecht zu werden. Denn dieses „Begleiten“ soll auch ein Leiten, ein Führen aus großer Trauer um einen lieben Verstorbenen, hin zur schönen und lebendigen Erinnerung an diesen Menschen sein.

Deshalb soll der Slogan „PAX Bestattung begleitet“ auch keine leere Worthülse sein.

PAX Bestattung geht konsequent den Weg, als Dienstleister mit hohem Anspruch, nicht nur dem Verstorbenen Menschen einen würdevollen, letzten Abschied zu bereiten, sondern ganz bewusst den trauernden Hinterbliebenen eine helfende Stütze zu sein.

Die Philosophie des Unternehmens PAX, den Tod als einen zum Leben gehörenden, völlig natürlichen Akt zu verstehen, führte



PAX für Sie vor Ort Steiermark / Kärnten



unter Anderem in diesem Jahr zur Eröffnung neuer Bestattungsgebäude in Knittelfeld, Proleb und Feistritz/Drau.

In barrierefreien, Licht durchfluteten Räumen werden, gemeinsam mit den trauernden Angehörigen, würdevolle und individuelle Trauerzeremonien organisiert und in den modern gestalteten Aufbahnhallen Abschied von den Verstorbenen genommen.

Dienstleistung und Empathie, dies sind für die PAX Bestattung zwei Begriffe von höchstem Wert. Eigenschaften, die auch den Menschen das Gefühl von Sicherheit und Halt geben, wenn sie sich von ihren lieben Angehörigen oder Freunden verabschieden, um sie anschließend zu ihrer letzten Ruhestätte zu geleiten, an welchen zu Allerheiligen und Allerseelen wieder brennende Kerzen daran erinnern, dass wir unsere Toten nicht vergessen.

Daran denken auch wir immer wieder, in dieser Zeit um Allerheiligen, wenn die Tage kürzer werden und die Nebel oft hartnäckig die wärmenden Sonnenstrahlen verschlucken. Gerne sollen wir uns an unsere Verstorbenen Mitmenschen erinnern und lebendig soll die Erinnerung bleiben, denn dann ist niemand wirklich tot.

...und danach hören wir als Bestatter sehr oft ein Danke Schön und sehen dieses kaum merkliche Lächeln und dann wissen es alle – der Tod gehört eben auch zum Leben.

Graz	8055 Graz	Alte Poststraße 371	Tel.: 0316/296 566	Fax: DW 66
Gratkorn	8101 Gratkorn	Grazer Str. 10-12	Tel.: 03124/29 033	Fax: DW 33
Leoben	8700 Leoben	Waasenstraße 2	Tel.: 03842/21 777	Fax: DW 77
Knittelfeld	8720 Knittelfeld	Kärntner Straße 92	Tel.: 03512/47 000	Fax: DW 77
Klagenfurt	9020 Klagenfurt	Flughafenstraße 16	Tel.: 0463/440 077	Fax: DW 77
Feistritz/Drau	9710 Feistritz/D	Villacher Str. 22	Tel.: 04245/65 111	Fax: DW 11



0-24 Uhr für Sie erreichbar!

Interview

FOTOS: KK / ANZEIGE



PRÄVENTION UND THERAPIE: EIN ANLIEGEN DER GESELLSCHAFT

Seit einem Jahr ist Dr. Renate Clemens-Marinschek Primaria des Krankenhauses de La Tour in Treffen, in dem Menschen, die an Alkohol-, Medikamenten-, Spiel- und Kaufsucht leiden, therapiert werden. Im Interview zieht die Fachärztin für Psychiatrie und Neurologie Bilanz.

Vor einem Jahr haben Sie Ihr Amt als Primaria angetreten. Was hat sich für Sie seither geändert?

Anfangs schien es mir fast wie ein neuer Beruf. Eine Führungsposition bedingt ja gewisse Fähigkeiten wie Wirtschaftlichkeit, Teamleitungs- und Organisationstalent. Mit meinem Vorgänger, Professor Herwig Scholz, hatte ich einen großen Lehrmeister; an ihm hat mich sein wertschätzender Respekt vor Suchtkranken und die Art, wie er sie in ihrer Erkrankung ernst genommen hat, besonders beeindruckt.

Sie behandeln nicht nur Alkohol- kranke...

Nein, wir nehmen auch Medikamentenabhängige und Spielsüchtige sowie Menschen, die an Kaufsucht leiden, auf. Neu ist das stationäre Therapieangebot sowie die Angehörigengruppe in unserer Ambulanz de La Tour.

Steigen die Zahlen der Suchterkrankungen eigentlich an?

Eindeutig nimmt der Mischkonsum, wie die Kombination von Alkohol mit Cannabis, Kokain oder Beruhigungsmitteln zu. Auffällig ist auch die starke Zunahme von Angsterkrankungen im Zusammenhang mit Suchtverhalten. Therapeutisch lassen sich hierbei sehr gute Resultate erzielen.

Das Krankenhaus verfügt über 56 Betten. Sind Sie immer ausgelastet?

Ja, derzeit beträgt die Wartezeit auf ein Bett drei Monate. Wir wollen die kleine Struktur unseres Krankenhauses jedoch beibehalten.

Ihre Anliegen für die Zukunft?

Es ist wichtig, noch stärker in die Öffentlichkeit zu gehen, um Stigmata, die sich gegen Suchtkranke richten, zu bekämpfen. Personen, die einen problematischen Umgang

mit Alkohol aufweisen, sollen wertfrei darauf angesprochen werden. Es muss klar vermittelt werden, dass es keine Notwendigkeit gibt, ihre Krankheit zu verheimlichen. Um eine effiziente Vor- und Nachbetreuung anzubieten, ist es auch notwendig, die ambulante Versorgungsstruktur auszuweiten.

Suchterkrankungen vorzubeugen und zu therapieren muss der Gesellschaft ein wichtiges Anliegen sein. Durch die Konfrontation mit berührenden Schicksalen wird man sich bewusst, dass man nur allzu leicht in eine Abhängigkeit schlittern kann.

KONTAKT

Krankenhaus de La Tour
De-La-Tour-Straße 28, 9521 Treffen
T: 04248 2557 – 0
F: 04248 2557 49
E-Mail: krankenhaus-delatour@diakonie-delatour.at
www.diakonie-delatour.at

Ein Jahr Spielsuchtambulanz in Villach

Beratung und Hilfe für Spiel-, Kauf-, Computer- und Internetsüchtige:

Seit einem Jahr stehen Betroffenen die Tore der Spielsuchtambulanz in Villach offen. Eine kurze Bilanz:

„Es ist eine gesellschaftliche Verantwortung, Suchtkranken Menschen professionelle Hilfe anzubieten“, betont Dr. Hubert Stotter, Rektor der Diakonie de La Tour. Von einer kleinen Randgruppe Spielsüchtiger kann längst keine Rede mehr sein. An



FOTO: KK / ANZEIGE

die 3000 Menschen sind allein in Kärnten betroffen. Auch die Zahl Computer-, Internet- und Kaufsüchtiger ist im Steigen begriffen. Das kostenlose und vertrauliche therapeutische Angebot der Spielsuchtambulanz in Villach zielt darauf ab, Betroffene und deren Angehörige unterstützend zu beraten. „Bisher haben wir an die 2300 Kontaktgespräche geführt, zirka 60 Patienten befinden sich in laufender Therapie“, erzählt die psychologische Leiterin Mag. Bettina Quantschnig. „Wir helfen

unseren Klienten bei der Abklärung ihrer finanziellen Situation und bei der Schuldenrecherche“.

Ein Angebot, das auch für Angehörige eine große Entlastung bedeuten kann.

KONTAKT

Spielsuchtambulanz de La Tour
Nikolaigasse 39, 9500 Villach
T 04242 24 368
F 04242 24 368 20
E-Mail: Spielsuchtambulanz.villach@diakonie-delatour.at
www.diakonie-delatour.at

FOTOS: KK / ANZEIGE



Wirtschaftsdirektor Walter Pansi, Pflegedienstleiter Marko Buttazoni, Primarius Richard Gaugeler und Rektor Hubert Stotter bei der Gleichfeier des im Umbau befindlichen Krankenhauses Waiern.

Innovative Projekte im Krankenhaus Waiern

Höherer Behandlungserfolg – niedrigere Kosten: so das Ergebnis des innovativen Projekts „Psychosomatische Nachbetreuung“ des im Umbau befindlichen Krankenhauses Waiern.

Mitten im Umbau befindet sich das Krankenhaus Waiern derzeit. Vom Fortschritt der Bauarbeiten konnten sich jüngst Besucher der Gleichfeier überzeugen. Bereits im April 2012 werden alle Patientenzimmer bezugsfertig sein. „In Zukunft wird die räumliche Struktur unsere fachliche Kompetenz unterstützen“, zeigt sich Primarius Dr. Richard Gaugeler begeistert.

Freuen durfte sich die Belegschaft kürzlich auch über die Auszeichnung des hausinternen Labors.

Für seine hervorragenden Leistungen erhielt das Krankenhaus nämlich die jährlich vergebene Auszeichnung der ÖQUASTA (Österreichische

Gesellschaft für Qualitätssicherung und Standardisierung medizinisch-diagnostischer Untersuchungen).

Ambitioniert ist auch das neue Reformpool-Projekt „Psychosomatische Nachbetreuung Waiern“: Am Department für Psychosomatik des Krankenhauses Waiern sind Patienten im Durchschnitt 21 Tage stationär untergebracht – deutlich kürzer als an vergleichbaren spezialisierten Abteilungen. Somit erhält eine größere Anzahl zugewiesener Patienten einen Therapieplatz – Kosten werden reduziert. Nach ihrem stationären Aufenthalt werden die Patienten über einen Zeitraum von neun Monaten in wöchentlichen Gruppentherapien nachbetreut. Durch die kürzere

stationäre Aufenthaltsdauer wird ein leichter Wiedereinstieg in den beruflichen Alltag gewährleistet – nachbetreute Patienten zeigen eine um 14,7 Prozent niedrigere Wiederaufnahme-Frequenz. „Das macht 954 eingesparte Krankenhaustage pro Jahr für die betroffenen Patienten aus“, erklärt der Primar. Wartezeiten zwischen stationärer Behandlung und Nachbetreuung gibt es übrigens keine.

Für geriatrische Patienten findet ein ähnliches Projekt Anwendung. In Zusammenarbeit mit der Alpen Adria Universität Klagenfurt hat das Krankenhaus Waiern ein Nachsorgeprogramm für diese Patientengruppe entwickelt. Dass das gerade für ältere Menschen von großer Bedeutung ist, belegen Studien, die zeigen, dass bei 30 Prozent eine psychische Begleit- oder Haupterkrankung auftritt. Durch die geriatrische Nachbetreuung können diese besser therapiert werden.



Setzen auf psychosomatische Nachbetreuung: Dr. Ingrid Salem, Primarius Dr. Richard Gaugeler, Dr. Irene Francis, Pflegedienstleiter DGKP Marko Buttazoni und Dr. Eveline Oberleitner.

KONTAKT

Öffentliches Krankenhaus Waiern/ Feldkirchen

Martin-Luther-Straße 14

9560 Feldkirchen

T 04276 2201 – 300

F 04276 2201 399

E-Mail: [krankenhaus.waiern@](mailto:krankenhaus.waiern@diakonie-delatour.at)

diakonie-delatour.at

www.diakonie-delatour.at



Ein Haus mit Herz und Kompetenz

Gesund werden und gesund bleiben – ein ganzheitlicher Ansatz in der Behandlung und Betreuung von PatientInnen steht im Mittelpunkt der Arbeit des A.ö. Krankenhauses der Barmherzigen Brüder St. Veit/Glan.

Als Akutkrankenhaus erfüllen die Barmherzigen Brüder die Aufgabe einer Akutversorgung im Bezirk St. Veit/Glan und Umgebung. Unter ständiger ärztlicher Leitung ist die Behandlung und Betreuung von PatientInnen mit akuten Krankheiten und Unfällen sowie für die Geburtshilfe zu jeder Tages- und Nachtzeit garantiert. Rund 360 MitarbeiterInnen stehen den PatientInnen im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder St. Veit/Glan zur Verfügung. Hohe medizinische Fachkompetenz vereinigt das Haus mit einer starken menschlichen Komponente. Ein ganzheitlicher Ansatz in allen Bereichen und Abteilungen wird als Grundvoraussetzung für die Gesundheit des Menschen gesehen.

Das Spital verfügt über die Abteilungen

- » Anästhesiologie und Intensivmedizin mit angeschlossener Palliativstation
- » Chirurgie
- » Gynäkologie und Geburtshilfe
- » Innere Medizin
- » Radiologie mit Computertomographie

Die medizinischen Fachbereiche decken ein breites Spektrum an Diagnostik- und Therapieleistungen ab, um die Gesundheit und das Wohlbefinden der Patientinnen und Patienten zu erhalten oder wiederherzustellen. Neben der

hochwertigen Ausstattung sichert ein engagiertes und kompetentes Team, bestehend aus ÄrztInnen, Pflegepersonal, TherapeutInnen sowie Verwaltungspersonal, die hohe Qualität der täglichen Arbeit und die Zufriedenheit der PatientInnen. Um immer am aktuellsten Stand des medizinischen Fortschritts zu sein und PatientInnen eine optimale medizinische Behandlung und Versorgung in allen Bereichen zu garantieren, fördert und unterstützt das Krankenhaus die Aus- und Weiterbildung seiner MitarbeiterInnen und ist Lehrkrankenhaus der Medizinischen Universität Graz.

Die Barmherzigen Brüder

Der Orden der Barmherzigen Brüder, der vom hl. Johannes von Gott (1495-1550) gegründet wurde, ist seit 1605 in Österreich tätig. Das Krankenhaus St. Veit/Glan wurde 1876 gegründet und beschäftigt rund 360 MitarbeiterInnen, davon 66 ÄrztInnen. Jedes Jahr werden etwa 14.000 PatientInnen stationär aufgenommen und 12.700 Fälle ambulant betreut. Insgesamt sind das an die 75.000 Pfl egetage pro Jahr. Das Krankenhaus ist eines von acht Spitälern in der österreichischen Ordensprovinz der Barmherzigen Brüder, die mit insgesamt rund 5.000 MitarbeiterInnen der

größte private Krankenanstaltenehalter in Österreich ist.

Seit April 2006 besteht eine umfassende Kooperation zwischen dem Orden der Barmherzigen Brüder mit dem Krankenhaus in St. Veit/Glan und jenem der



Medizin und Qualität.

FOTOS: HELGE BAUER/KK / ANZEIGE

Elisabethinen in Klagenfurt. Ziele des Verbunds sind die nachhaltige Sicherstellung einer qualitativ hochwertigen medizinischen Versorgung und die Standortsicherheit beider Häuser mit ihren christlichen Wurzeln und Traditionen.

KONTAKT



A.ö. Krankenhaus der Barmherzigen Brüder St. Veit/Glan

9300 St. Veit/Glan, Spitalgasse 26
Tel.: +43 (0) 4212/499-0
Fax: +43 (0) 4212/499-222
M: krankenhaus@bbstveit.at
W: www.barmherzige-brueder.at



Gesundheit aus guten Händen

Das A.ö. Krankenhaus der Elisabethinen in Klagenfurt erweist sich mit seinen Kompetenzbereichen und seiner fachübergreifenden Arbeitsweise als starker Partner.

Am Elisabethinen-Krankenhaus arbeiten rund 300 MitarbeiterInnen, die jährlich ca. 7.000 PatientInnen stationär und 13.000 ambulant betreuen. Top-Medizin und christliche Nähe bringt das engagierte Team in harmonischen Einklang. Neben der internistischen und allgemein-chirurgischen Versorgung auf sehr hohem Niveau stellt das Zentrum für den Bewegungsapparat einen besonderen Schwerpunkt des Hauses dar.

Gemeinsam mit der rheumatologischen Abteilung, die 2011 mit drei zusätzlichen FachärztInnen aufgestockt wurde, bietet es eine hervorragende Rundumbetreuung bei Erkrankungen des Bewegungsapparates bis hin zur Prävention von rheumatischen Beschwerden. Ergänzt wird das Angebot mit der Rheumaambulanz, die seit September mit einem rheumatologischen Experten besetzt ist.

Das Spital verfügt über die Abteilungen

- » Anästhesiologie und Intensivmedizin
- » Chirurgie
- » Innere Medizin mit Department für Akutgeriatrie/Remobilisation
- » Orthopädie und Orthopädische Chirurgie
- » Radiologie mit Computertomographie

Die gute Zusammenarbeit der

zahlreichen herausragenden FachärztInnen sorgt für optimale und rasche Diagnose und Behandlung. Die Ausstattung sowie die Leistungen des Spitalalltags bieten individuellen Freiraum, der auch für ein vielfältiges religiöses Angebot genutzt werden kann.

Die Elisabethinen

Vor 800 Jahren erblickte die hl. Elisabeth von Thüringen, die geistige Mutter der Elisabethinen, das Licht der Welt. Zu ihren Lebzeiten ist sie den Hilfsbedürftigen zur Seite gestanden. Ihre Überzeugung, dass Menschen nur durch die Verbindung von Körper, Geist und Seele „froh“ werden können, prägt noch heute den Umgang mit Patientinnen und Patienten. Als ein Drittorden der Franziskaner wurden die Elisabethinen 1622 in Aachen gegründet.

Den Ausspruch „Wir müssen die Menschen froh machen...“ von der hl. Elisabeth von Thüringen setzen alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter mit viel eigener Fröhlichkeit und einfühlsamem Einsatz in die Tat um.

Diese christlichen Wurzeln sind gemeinsam mit den sich ergänzenden Leistungsschwerpunkten und dem fachlichen Erfahrungsaustausch die Basis der seit April 2006 bestehenden Kooperation mit dem Orden der Barmherzigen Brüder Österreich und deren Krankenhaus in St. Veit an der Glan.



FOTOS: HELGE BAUER/KK / ANZEIGE

Freundlich und Kompetent.

KONTAKT
elisabethinen
allgemeines öffentliches Krankenhaus

A.ö. Krankenhaus der Elisabethinen Klagenfurt GmbH

9020 Klagenfurt,
Völkermarkter Straße 15-19
Tel.: +43 (0) 463/5830-0 Fax.DW: 222
M: ekh@ekh.at
W: www.ekh.at

Willkommen auf der Storchenlandebahn

Geburtshilfe im A.ö. Krankenhaus Spittal/Drau – So wie auf eine Reise, bereitet man sich auch auf eine Geburt vor.

FOTOS: KK / ANZEIGE



Prim. Dr. Rauter, der mit rund 8.500 durchgeführten Eingriffen über eine große operative Erfahrung verfügt, liegt die hohe Qualität der medizinischen Betreuung im ganzheitlichen Sinn sehr am Herzen. Neben einer familienorientierten Geburtshilfe stellen die minimal-invasiven OP-Verfahren, die Uro-Gynäkologie sowie die Onkologie weitere Schwerpunkte der Abteilung dar.

Besonders wichtig sind die Untersuchungen während der Schwangerschaft – die sogenannte Pränataldiagnostik. Diese kann mütterliche und kindliche Risiken möglichst früh erkennen, in der Folge gegebenenfalls behandeln sowie alle Risikoschwangerschaften exakt überwachen.

Im Vorfeld können sich die werdenden Mütter im Krankenhaus über eine „schmerzfreie Geburt“ oder die Möglichkeit eines Kaiserschnittes informieren. Weiters erklären die Hebammen in Vorbereitungskursen alles Wissenswerte über Geburt und Wochenbett. In entspannter Atmosphäre werden relevante Themen angesprochen und individuelle Fragen beantwortet. Eine gute Gelegenheit für die werdenden Eltern, auch gleich das Kreiszimmer und die Wochenbettstation persönlich kennen zu lernen.

Das Hebammen-Team hat noch viel mehr zu bieten. Sie sind Spezialistinnen für komplementärmedizinische Methoden. Diese sind immer wieder hilfreich, um Schwangerschaft, Geburt oder Wochenbett zu erleichtern und positiv zu beeinflussen. Ob chinesische Medizin, Homöopathie oder Bachblüten, eine ganze Bandbreite von Angeboten steht zur Verfügung.

Egal wie der Landeanflug angelegt ist, ein kompetentes Team steht hilfreich und sicher zur Seite.

Bei jeder Geburt ist ein

Facharzt persönlich anwesend. Das Team, bestehend aus Hebammen, Kinderkrankenschwestern, GynäkologInnen, AnästhesistInnen und Kinderärztinnen, begleitet die werdende Mutter durch die Geburt und während der ersten Zeit mit ihren Neugeborenen.

In den ersten Tagen nach der Geburt („Wochenbett“) werden Mutter und Kind je nach Ihren Bedürfnissen vom Team der Geburtshilfe unterstützt. Die Kinderkrankenschwestern kümmern sich um das Kind und zeigen bzw. erklären den Müttern (und auch Vätern) alles, was sie jetzt wissen müssen. Jeden Tag ist am Vormittag eine Kinderärztin anwesend, die die vorgeschriebenen Neugeborenenuntersuchungen vornimmt.

Im KH Spittal/Drau genießen die Mütter den Luxus einer kleinen Station, auf der es persönlich und familiär zugeht. So kann die Mutter ihr Neugeborenes auch für eine kurze Auszeit von einer Kinderkrankenschwester im



Die Geburt verläuft in möglichst angenehmer, familiärer und persönlicher Atmosphäre. Gleichzeitig steht ein maximales medizinisches Sicherheitsnetz zur Verfügung.



Um auf Wunsch ein individuelles Geburtserlebnis zu ermöglichen, stehen neben modernen Gebärbetten auch eine Badewanne für Wassergeburten zur Verfügung.



Im Kinderzimmer werden alle Untersuchungen durchgeführt und die Mutter kann ihr Neugeborenes auch für eine kurze Auszeit von einer Kinderkrankenschwester betreuen lassen.

Kinderzimmer betreuen lassen.

Es ist jedes Mal wieder ein ganz besonderer Moment für die Ärzte, Hebammen und Schwestern des KH Spittal, wenn die neuen Eltern mit ihrem Kind das Krankenhaus in eine hoffentlich glückliche Zukunft verlassen. Dann ist neues Leben erfolgreich auf seinen ersten Schritten in die Welt begleitet worden.

KONTAKT

A.ö. Krankenhaus Spittal/Drau

A-9800 Spittal/Drau, Billrothstraße 1

T: +43 4762 622

M: office@khspittal.com

W: www.khspittal.com

Das Gesundheitszentrum setzt neue Maßstäbe für die Zukunft

In der Bezirkshauptstadt Spittal/Drau schlägt mit dem A.ö. Krankenhaus Spittal/Drau das Herz der Gesundheitsversorgung Oberkärntens. In unmittelbarer Nachbarschaft – direkt an das Spital angrenzend – wird nun das Gesundheitszentrum Spittal/Drau verwirklicht.



FOTO: KK / ANZEIGE

Vorsorge gewinnt immer mehr an Bedeutung.

Es soll hier nicht nur ein neues Haus mit moderner Architektur entstehen, sondern viel mehr die zentrale Anlaufstelle für medizinische Diagnosen, Behandlungen und Therapien – für Jung und Alt.

Im Mittelpunkt dieses Projektes

stehen kurze Wege für den Patienten und die Schaffung neuer Synergien. Denn in den kommenden Jahren wird eine noch engere Zusammenarbeit und Abstimmung zwischen niedergelassenen Ärzten und dem Krankenhaus zum Wohle der Patienten unablässig sein.

KONTAKT

**Privatordination Prim. Andrea Rainer
Therapiezentrum Spittal/Drau**

A-9800 Spittal/Drau, Feldstraße 5/3

T: +43 4762 42622

M: office@therapie-spittal.com

W: www.therapie-spittal.com



gesund & glücklich

9. Messe für Körper, Geist & Seele

18.-20.11.2011

Jeweils 9 bis 18 Uhr



**Kärntner Messen Klagenfurt,
Messeplatz 1, Halle 3 OG**

- > Über 55 Aussteller auf 1.500 Quadratmetern
- > Preisgekrönte Aussteller
- > Schnupper- und Kurzbehandlungen
- > 45 Vorträge & Workshops
- > 2 Konzerte
- > Ganzheitliches Ärzteforum mit Kärntens renommiertesten Ganzheitsmedizinern mit anschließender Sprechstunde
- > Messecafé vom Südkärntner Hausberg Petzen
- > Stargast: Johannes Holey
- > Ausstellerteile statt „klassische Messestände“
- > Österreich-Premiere von DAS GLÜCKLICH-SPIEL
- > Scherbenlauf

Eintritt inkl. der Messen Gesund Leben, Familien- und Brauchtumsmesse: 7,00 €. Zahlreiche Vergünstigungen für bestimmte Personengruppen, siehe www.gesundemesse.eu

AUSTELLERVERZEICHNIS - (in Klammern: Stand-Nr.)

aamane Ursula Theresia Weber, Seelenbilder - Sonnenobjekte - Bücher - Meditationskarten, Raubling (Bayern), www.aamane.de (37)

advantage Zeitschriftenverlag GmbH Vorteil in Wirtschaft & Leben, St. Veit/Glan (Kärnten), www.advantage.at (42)

Alpe-Adria Akademie für mentale Kompetenz Mentaltraining - Ausbildungen zum Mentaltrainer und Klangschalen-Praktiker - Kommunikationsseminare, Miklaushof (Kärnten), www.mentale-kompetenz.com (42)

Christoph Amrhein Mantren - Herzenslieder - Obertongesang, Berchtesgaden (Bayern), www.ichbinliebe.net (30)

Arjuna-Versand & BioFeinkost Peter Langer, BioLebensmittel, Aindling (Bayern), www.arjuna-versand.com (08)

Arltscherhof Sonja und Dieter Klancnik, Kärntner Schmankerl - Käsnudeln - Mehlspeisen, Bad Eisenkappel (Kärnten), www.arltscherhof.at (35)

ATORAS GmbH TimeWaver - Hausharmonisierung - Fostac - Radionik, Bad Vilbel (Hessen), www.atoros.de (05)

Aura-Fotografie Christian Schmidt, Aura-Foto - Aura-Analyse, Sonthofen (Bayern), c.schmidt@kabelmail.de (20)

Bianca's mobile Heilmassage & Wohlfühlreise „I.BEA“ Bianca Kutej, Akutmassage nach Penzel (APM) - Zirkulärmassage - Mobile Heilmassagen und Fußpflege, Völkermarkt (Kärnten), biancakutej@aon.at (25)

BOWEN Verein Kärnten Wolfgang Kultureller, Bowtech® - Dynamisches System einer ganzheitlichen Muskel- und Bindegewebstechnik, Maria Saal (Kärnten), www.bowtech.at (04)

Blume des Lebens Monika A. K. Sturm, Originalgemälde Blume des Lebens, Ebersberg (Bayern), www.blume-des-lebens-mandala.de (38)

Büro für mediale Beratungen Ulrike Luise Uranitsch, Numerologie - Kartenlegen - Handauflegen, Eitweg (Kärnten), www.ulrike-luise-uranitsch.info (15)

Carpe Diem Wohlfühlreise Karin Rabensteiner, Kräuterheilkunde - Wellness, Wolfsberg (Kärnten), krabensteiner@gmx.at (40)

Margit Dummer Energetik - Fußmassage - Ole - Steine, Flattach (Kärnten), www.heuboden-seminare.sitew.com (17)

Abdull Eldessouky Ägyptische Spiritualität, Kosmetik und

Nahrungsergänzungen, Prebitz (Bayern), mohsen.e@web.de (14)

Elektrosmog - frei leben Ulrich Schaptko & Partner Hirschaid (Bayern), www.elektrosmog-schaptko.de (24)

energiehoch2 Gisela Sohl / Daniela Heiser / Lydia Kampel, Szenar - Inso - Fuzo - Juice Plus, Klagenfurt (Kärnten), www.energiehochzwei.at (27)

Physiotherapie Feschig - Relux-Zentrum Klagenfurt Hannes Thorbauer, Ganzheitl. Medizin - Med. Gerät - Repuls-Tiefenstrahler, Klagenfurt (Kärnten), www.dr-jandl.at (23)

Café „Gams-Nest“ Zdenka Kamenlin, Mehlspeisen - Käsnudeln - Kaffee, St. Michael ob Bleiburg (Kärnten), Tel. +43 664 73658716 (01)

gesund & glücklich Messe - Magazin - Akademie für Körper, Geist & Seele, Miklaushof (Kärnten), www.gesund-und-gluecklich.at (42)

Cofeur Gerhard Gregor Haut- und Haarpflege, Maria Alm (Salzburg), www.chloris.at (22)

HAMANI energies Ing. Rudolf Riegler Tarot der Farben - Maya - Kabbala - Raumharmonie - Sirianische Farbenszenen, (Wien), www.hamani.at (10)

Innerwise Österreich Fa. Kreps & Löffler OG, Energetische Medizin zum Anpassen, Ausprobieren und Selbstanwenden. Inner Wise® Heilapotheke (L. Platz Produkt des Jahres 2011 auf der Harmony World, Europas größter Trend- und Fachmesse für den ganzheitlich-spirituellen Bedarf), Eggenburg (Niederösterreich), www.innerwise.eu (07)

inspirations Gabriele Cinibulk, Energetische Kunst, Grub (Niederösterreich), www.inspirations.eu (33)

KEDEM-Zentrum Voglgsang & Stürzinger GbR, Klangmassage - Klangschalen, Gongs & Co. - Kabbala, Oberrot (Baden-Württemberg), www.kedem-zentrum.com (31)

Edeltraud Kerth Spirituelle Lebensberatung - Tarot - Numerologie - Pendeln - Rutengehen - Aura-Soma - Engelsberatung, Eberndorf (Kärnten), www.lbmt.at (19)

Friedrich Kopsche RINGANA-Vertriebspartner, Bachblütenshop.at - Artur Kahlhofer mit Einhorn-Essenzen, Klagenfurt (Kärnten), <http://friedrich.kopsche.at> (36)

Kundalini28 Klaudia Martl & Erika Köfer, Kinesiologie - Kabbala - Jaois - Muskeltest,

Bad Bleiburg-Kreuth (Kärnten), Internet: www.kundalini28.at (06)

Leben 2012 Büro Schickinger, Bewusst - Gesund - Mental, Fügen (Tirol), www.leben2012.com (42)

Lebensenergieladen & Energiestudio Mag. M. Kaufmann, Energetik - Gesunde Ernährung, Klagenfurt (Kärnten), www.lebensenergieladen.at (34)

Heimo Luxbacher „Der Mönch“ Malerei - Skulpturen, Bad St. Leonhard (Kärnten), www.atelier2000.at (41)

Mag. Ulrike Mayrhofer Balance of Life - Ganzheitl. Medizin - Wellness, Klagenfurt (Kärnten), www.balanceforlife.at (13)

Natur Haus Sophie Petritz, Wellness-Kissen - Edelsteinschmuck u.a., Völkermarkt (Kärnten), spetritz@aon.at (02)

NaturSpiruVital Joseph Köglmayr, Spirulina pacifica Hawaii (Nahrungsergänzungen), Weilheim (Bayern), www.naturspiruvital.de (16)

Heidi Penterling Gesundheitszentrum, Energetik - Kräuterheilkunde - Naturkosmetik, Bludenz (Vorarlberg), www.glueckundgesund.com (43)

PRANA-Zentrum Susanne Springer, Energetik - Wellness - Prana, Klagenfurt (Kärnten), www.skalarprana.at (03)

Prieler Mineralien Mag. Kurt Prieler, Mineralien - Fossilien - Trommeln, Klagenfurt-Viktring (Kärnten), www.prieler-mineralien.at (11)

Bernhard Rapp ORGANO-Gold Wellness-Kaffee, Poggersdorf (Kärnten), www.bernhardrapp.organogold.com (09)

SAGRUSAN GmbH Walter Grubelnig, Pflanzliche Nahrungsergänzungsmittel nach Paracelsus - Kräuterheilkunde, Klagenfurt-Wölfnitz (Kärnten), www.sagrusan.at (39)

Sahaja Yoga Austria Reinhold Horvath, Entspannung - Meditation - Yoga, Wien, www.sahajayoga.at (48)

Schirner Verlag GmbH & Co. KG Buchhandlung (Bücher & Co.), Darmstadt (Hessen), www.schirner.at (32)

Am Schirner-Stand sind folgende Autoren und Spieleentwickler vertreten:

> ACHANATA Annemarie Herzog, Welt des Räucherns, Klagenfurt (Kärnten), www.malusata.at

> Sabine Rosali Brindl Das GLÜCKLICH-SPIEL, Regensburg (Bayern), www.das-gluecklich-spiel.de

> Otmär Jenner Energetisches Heilen,

Berlin, www.otmarjenner.de

> Melanie Messing Einhornessenzen (2. Platz Produkt des Jahres 2011 auf der Harmony World, Europas größter Trend- und Fachmesse für den ganzheitlich-spirituellen Bedarf), Kassel (Hessen), www.einhornessenzen.de

Franz Josef Schützenhofer Gesunde Ernährung - Coaching - Scherbenlauf, Wiersdorf (Steiermark), www.derfranzjosef.at (26)

Schule des Heilseins Margarethe Fee Fabro-Ekhas, Energetische Wirbelsäulenselbstaufklärung - Reinigung des Zentralkanals, Grönbach (Baden-Württemberg), www.schule-des-heilseins.de (18)

Maximilian Adolf Seebacher Accessoires, Krumpendorf (Kärnten), mseebacher@gmail.at (47)

Tahitian Noni Liselotte Pirker, Das wahrscheinlich wertvollste Getränk der Welt, Seeboden (Kärnten), www.noni-liselotte-pirker.eu (28)

Tahitian Noni Maria Wally, Das wahrscheinlich wertvollste Getränk der Welt, Greifenburg (Kärnten), www.hahitnoni.com/WallyMaria (28)

The Shiatsu School of Attunement Peter Krainer, Shiatsu - Energetik - Ganzheitl. Medizin, (Wien), www.attunement.at (44)

Transformation Carsten Knop, Neuleinungen (Rheinland Pfalz), www.freiheit-durch-transformation.de (12)

Universal Soul Service GmbH Ganzheitliche Selbstheilungsmethoden des Tao nach Dr. Zhi Gang Sha, Frankfurt/Main (Hessen), www.drshsa.at (46)

Daniela Weber EFT - Blüten & Wurzeln - Räucherwerk - Spir. Rückführung - Mantrastäbchen, Latschach o.d. Faakersee (Kärnten), www.esoterikverzeichnis.de/anbieter/index.php?id=920707 (26)

Woschitz-Wutte Bau- und Möbeltischlerei - Zirbenwelt, St. Primus (Kärnten), www.zirbenwelt.at (45)

YOGANO Gesmbh Yogana®, Pflanzenenergie mit alchemischem Gold - Gesichtsmassage, Oed (Niederösterreich), www.yogana.at (21)

Josef Zöhner Gesundheitsprodukte - Gesunde Ernährung - Kräuterheilkunde, St. Georgen a.d.St. (Steiermark), www.gesundheitstrainer.at (29)

Änderungen vorbehalten



18.-20. November 2011 - jeweils von 9 bis 18 Uhr Kärntner Messen Klagenfurt - Messeplatz 1 - Halle 3 OG

VERANSTALTUNGEN

Freitag, 18. Nov. 2011

9.15 Uhr - gesund & glücklich-Oase:

Eröffnung der Messe „gesund & glücklich“. Grußworte / Meditation / Musik. Mit der **Österreich-Premiere DAS GLÜCKLICH-SPIEL** von der Spieleentwicklerin Sabine Rosali Brindl.

17.45 Uhr - gesund & glücklich-Oase:

Meditationskonzert Reise durch den persönlichen Lebensbaum

Mit Esra Voglgsang, Oberrot (D)

Dauer: Ca. 1 Stunde. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Das Konzert ist im Messeeintritt enthalten.

Samstag, 19. Nov. 2011

13.00 Uhr - Messe-Centrum:

Erkenntnisnachmittag: Zeitenwende 2012 bis 2015 und unsere beiden Gehirnhälften

Mit Johannes Holey, Journalist, Sachbuchautor und Vortragsreisender, Großschönau (D).

Dauer: Ca. 3 Stunden. Anmeldungen: www.oeticket.com, Tel. +43 (0)1 96096, alle Libro-Filialen sowie alle bei allen Raiffeisenbanken, Sparkassen und Volksbanken in Österreich. Preis: 43,80 € inkl. Vorverkaufsgebühr.

17.45 Uhr - gesund & glücklich-Oase:

Ich bin Liebe - Konzert mit deutschen Mantrien, Herzensliedern und Ober-tonesang

Mit Chris Amrhein & Sandy Kühn, Berchtesgaden (D).

Dauer: Ca. 1 Stunde. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Das Konzert ist im Messeeintritt enthalten.

Sonntag, 20. Nov. 2011

16.15 Uhr - Vortragsbühne 2:

Das SCHÄRFSTE, das Sie je erlebt haben: Der SCHERBENLAUF

Mit Franz Josef Schützenhofer (Stm.).

Mit der Kraft Ihres Willens und der eigenen Entscheidung gehen Sie durch einen Haufen voller Scherben. Eine Erfahrung mit viel Spaß und mentalem Training, der Ihnen Ihre eigenen Kräfte aufzeigt und bewusst macht, wie stark Ihre Gedanken wirken und was Sie alles selbst ermöglichen können. Dauer: Ca. 1 Stunde. Anmeldungen: Tel. +43 (0)664 4934347 oder eMail info@derfranzjosef.at. Preis: 25,00 € - Jugendliche bis 16 Jahre frei.

Alle Veranstaltungen in der Messehalle 3 im Obergeschoss. Ausnahme: Erlebnisnachmittag mit Johannes Holey am 19.11.11 um 13 Uhr im Messezentrum.

VORTRÄGE & WORKSHOPS

Freitag, 18. Nov. 2011

11.45 Uhr: V Innerwise - Im Fluss des Lebens Bettina Kreps, innerwise Trainee, Eggenburg (Niederösterreich)

V aronia - die unentdeckte Heilbeere Josef Gornig, NBS-Lehrer, Ainet (Kärnten)

12.30 Uhr: V Rasch zu neuer Kraft Michaela Kaufmann, Dipl. Lebenslehrerin & Gesundheitsreferentin, Klagenfurt (K)

V Rückführung / EFT Daniela Helene Weber, Humanenergetikerin, Latschach/Faakersee (Kärnten)

13.15 Uhr: V Geburt und Spirituelle Medizin - Was getan werden kann, um die Ankunft im Leben heilsamer zu gestalten. Geburt und Geburts-traumen und deren Aufarbeitung durch geistiges Heilen Otmar Jenner, Autor und Leiter des „Zentrums für Energetisches Heilen“ in einem Ärztehaus (Berlin)

V Die INSOGI-Technik Gisela Sohl, Naturheiltherapeutin, Praxis energiehoch2, Klagenfurt (Kärnten)

14.00 Uhr: AF Die verblüffenden Heilungen des brasilianischen Wundermannes João de Deus Dr. med. Irene Kobau, Ärztin für Allgemeinmedizin, Seminarord Aurora, Kraig (Kärnten), www.dom-aurora.at

V Knochengesundheit - Bandscheibenvorfälle - Abnützungen - Osteoporose... und deren Lösungen Franz-Josef-Schützenhofer, Gesundheits-Coach, Wiesdorf (Stm.)

14.45 Uhr: V „Wieder erholsam schlafen“ - Frei von Elektromog, Handy-Strahlung und schädlichen Erdstrahlen Ulrich Schaptko, Inhaber Fa. Elektromog - frei leben Ulrich Schaptko & Partner, Hirschaid (Bayern)

V ESSEN Sie sich krank oder gesund? Josef Zöhrer, Geschäftsinhaber, St. Georgen a.d.St. (Steiermark)

15.30 Uhr: V Praktische Einführung in die „Seele-Geist-Körper-Medizin“ nach Dr. Zhi Gang Sha Petra Herz, weltweite Repräsentantin von Dr. Sha, Frankfurt/Main (Hessen)

WS Obertonesang, Stimme, Musik & Heilung Chris Amrhein, Künstler, Obertonsänger, Heiler und Schamane & Sandy Kühn, Stimmshamanin, Berchtesgaden (Bayern)

16.15 Uhr: V Einhornessenzen und Meditation Melanie Missing, Einhorn-Essenzen, Kassel (Hessen)

17.00 Uhr: V Inseln des Lichts Mag. Waltraud Röck-Svoboda, inspirations, Grub (Niederösterreich)

V Systemische Aufstellungen - Lösungen für berufliche und private Themen Susanne Wolozynski, Diplo-

mierter Coach für Systemische Aufstellung, Alpe-Adria Akademie für mentale Kompetenz, Sittersdorf (Kärnten)

Samstag, 19. Nov. 2011

10.15 Uhr: V Loslassen was nicht glücklich macht Annemarie Herzog, Dipl. Mentaltrainerin, Alpe-Adria Akademie für mentale Kompetenz, Sittersdorf (Kärnten)

V Klangschalen und ihre heilende Wirkung auf Körper, Geist & Seele Esra Voglgsang, Musiker/Tonkünstler, Oberrot (Baden Württemberg)

11.00: AF Traditionelle chinesische Medizin und Akupunktur Dr. med. Masom Gharabaghi, Arzt für traditionelle chinesische Medizin, Akupunkturzentrum Krumpendorf (Kärnten), Tel. +43 (0)4229 2854, www.gharabaghi.at

V Kosmetik aus der Natur - Was ist das? Friedrich Kopsche, Ringana-Vertriebspartner, Klagenfurt (K)

11.45 Uhr: V Heilkräuter - Hilfe aus der Natur Georg Grubelnig, Alchemist und Radiästhesist, Fa. SAGRUSAN GmbH, Klagenfurt (Kärnten)

V Joalis - Energetische Entgiftung mit Kinesiologie Claudia Martl, Dipl. Kinesiologin, Bad Bleiberg-Kreuth (K)

12.30 Uhr: V Mayakalender & sirianische Farbfrequenzen Ing. Rudolf Riegler, Fa. HAMANI energies, (Wien)

V Innerwise - Im Fluss des Lebens Bettina Kreps, innerwise Trainerin, Eggenburg (Niederösterreich)

13.15 Uhr: V Spirituelle Medizin - Heilen mit der Kraft des Geistes im Ärztehaus. Meine Arbeit als Heiler und die Schulmedizin. Warum immer mehr zusammenwächst, was auch zusammengehört Otmar Jenner, Autor und Leiter des „Zentrums für Energetisches Heilen“ in einem Ärztehaus (Berlin)

V Oberton, Musik & Heilung Chris Amrhein, Künstler, Obertonsänger, Heiler und Schamane & Sandy Kühn, Stimmshamanin, Berchtesgaden (Bayern)

14.00 Uhr: AF Aus der naturheilkundlichen Praxis: Wie entstehen Krankheiten und wie ein ganzheitliches Therapiekonzept Dr. med. Eberhard Suntinger, Arzt für Allgemeinmedizin und Naturheilkunde, Praxis Kolibri, St. Veit / Glan (Kärnten), www.kolibri-team.at

V Gute Kommunikation - gute Bezie-

hungen Susanne Wolozynski, Kommunikationstrainerin, Alpe-Adria Akademie für mentale Kompetenz, Sittersdorf (K)

14.45: V Spiruuna Pacifica Hawaii Algen - Das kleine grüne Vitalstoffpaket mit großer Wirkung Joseph Köglmayr, Firmeninhaber, Weilheim (Bayern)

V Mit sanften Griffen zu mehr Wohlbefinden Wolfgang Kulterer, Vorsitzender Bowen Verein Kärnten, Maria Saal (Kärnten)

15.30 Uhr: AF Nahrungsmittelnährungsverträglichkeit - Was tun? Dr. med. Anton Suntinger, Arzt für Allgemein- und Komplementärmedizin, Praxis Kolibri, St. Veit / Glan, www.kolibri-team.at

V Praktischer Spielenachmittag - Das Glück-Spiel Sabine Rosali Brindl, Spieleentwicklerin, Regensburg (Bayern)

16.15 Uhr: V TimeWaver - schnelle und umfassende Ursachenanalyse und Therapie für Heilungssuchende Norbert Noriam Diehl, Bioenergethe-rapeut, Geobiologieberater, TimeWaver Anwender-Betreuer, Atores GmbH, Bad Vilbel (Hessen)

WS Antworten aus der Seelenwelt - Erfahre alles was du schon immer deine spirituellen Helfer, Engel und Heiligen fragen wolltest Petra Herz, weltweite Repräsentantin von Dr. Sha, Frankfurt/Main (Hessen). Anmeldungen unter info@drsha.at; Tel. +43 (0)699 14770000

17.00 Uhr: V Freiheit durch Transformation Carsten Knop, Transformations-Experte, Neuleiningen (Rheinland Pfalz)

Sonntag, 20. Nov. 2011

10.15 Uhr: V YOGANA: 8.000 Jahre alte Geheimrezepte mit Gold & Natur Sophie Lautner, YOGANO GmbH, Oed (Niederösterreich)

V Es ist Deine Entscheidung - die Kraft der Gedanken bewusst einsetzen Susanne Wolozynski, Dipl. Lebensberaterin, Alpe-Adria Akademie für mentale Kompetenz, Sittersdorf (Kärnten)

11.00 Uhr: V Energie-Vampire: Wie man sich wirksam schützt Susanne Springer, Leiterin Prana-Zentrum, Klagenfurt (K)

V Noni für Ihr Wohlbefinden Mario Urschitz, Unabhängiger Produktreferent,

Greifenburg (Kärnten)

11.45 Uhr: V Welche Auswirkung haben Handy- Satellitenfunk und belastende Erdstrahlen auf Nahrung, Trinkwasser und den Menschen? Ulrich Schaptko, Inhaber Fa. Elektromog - frei leben Ulrich Schaptko & Partner, Hirschaid (Bayern)

WS Das Maya-Jahr 2012 Ing. Rudolf Rieger, Fa. HAMANI energies, (Wien)

12.30 Uhr: V Mit Räuchern das Leben ins Reine bringen Annemarie Herzog, Räucherexpertin, Klagenfurt (K)

13.15 Uhr: V Sterbebegleitung und Spirituelle Medizin - Tod und geistiges Heilen auf dem Weg zur Transzendenz. Erfahrungen spiritueller Sterbebegleitung Otmar Jenner, Autor und Leiter des „Zentrums für Energetisches Heilen“ in einem Ärztehaus (Berlin)

V Wie Bilder & Farben das Bewusstsein verändern und Ihnen helfen, Ihr Leben neu zu gestalten Ursula Theresia Weber, Raubling (Bayern)

14.00 Uhr: V Gesundes Haar und schöne Haut Dr. med. univ. Andrea Scharler, Dipl. PT Peter Scharler und Coiffeur Gerhard Gregor, Maria Alm (S)

WS Der Rhythmus des Lebens Chris Amrhein, Künstler, Obertonsänger, Heiler und Schamane & Sandy Kühn, Stimmshamanin, Berchtesgaden (D)

14.45 Uhr: V Einhornessenzen und Meditation Melanie Missing, Einhorn-Essenzen, Kassel (Hessen)

15.30 Uhr: AF Physioenergetik: Holistische Kinesiologie in der Praxis Dr. med. Birgit Jandl, Ärztin für Allgemeinmedizin, Naturheilkundliche Praxis, Klagenfurt (Kärnten), www.dr-jandl.at

16.15 Uhr: V Du bist vollkommen Margarette Fee Fabro-Ekhas, Energetische Schwingungstherapeutin, SCHULE-DESHEILSEINS, Grömbach (Baden Württemberg)

17.00 Uhr: BP Lebenswege durch Licht und Schatten Margit Drummer, Flattach (Kärnten)

LEGENDE:

Grün = Vortragsbühne 1

Blau = Vortragsbühne 2

AF = **Ganzheitl. ÄrzteForum** (Dauer 40 Min. mit anschl. Sprechstunde)

BP = **Buchpräsentation** (Dauer 40 Min.)

V = **Vortrag** (Dauer 40 Min.)

WS = **Workshop** (Dauer 85 Min.)

Café „Gams-Nest“

Frisch, ursprünglich und naturbelassen, das sind die Zutaten im Geschmack und in der Herstellung, die das „Gams-Nest“ vom Südkärntner Hausberg Petzen den Messebesuchern bietet. Mehlspeisen, Käsnudeln und Kaffee sowie jede Menge alkoholfreier Getränke... oder aber ein frisches Villacher.



FOTO: ASTRID FRIEDRICH / PIXELIDE

TOP AUSSTELLER

Auf der  gesund & glücklich Messe in Klagenfurt!

Bereits zum dritten Mal findet die „gesund & glücklich - Messe für Körper, Geist & Seele“ zusammen mit der traditionellen Messe „Gesund Leben“ vom 18. bis 20. November 2011 am Klagenfurter Messegelände statt.

LEBENS ENERGIE LADEN & ENERGETHISTUDIO



Pranic Healing/Prana Vita, Klangmassage, Organsprache,
Psycholog. Astrologie, Young Living, Tepperwein
9020 Klagenfurt, 10. Oktoberstr. 22, ☎ 0 67 6/392 74 26
www.lebensenergieladen.at

REPULS Tiefenstrahler

Medizinische Lichttherapie mit gepulstem kaltem Rotlicht zu
Schmerzfürfreiheit und Entzündungslinderung.



RELUX-Zentrum Klagenfurt
Physiotherapie Feschign/Ordination Dr. Birgit Jandl
tel.: +43/463/443311 oder +43/463/508007
www.physiofeschnig.com www.dr-jandl.at



Wo Körper & Geist sich treffen
Informationsfeldmedizin nicht nur für Ärzte.



ATOROS GmbH Ihr TimeWaver
Vertrieb & Schulung

Robert Noriam Diehl Bioenergietherapeut, GF
Tel: +49 6101-98 33 130 Fax: +49 6101 98 33 131
info@atoros.de www.atoros.de



Kludia Martl
Diplomierte Kinesiologin
Kabbala-Beraterin

Kinesiologische Entgiftung
Kabbalistische Zahlendeutung

Tel.: 0650 / 4237680
www.kundalini28.at

innerwise Finde zu deiner inneren Weisheit



innerwise Mentorenteam Österreich • www.innerwise.eu

Elisabeth Kenda 0676/438 07 71	Robert Piffel 0676/878 380 50
Bettina Kreps 0664/301 74 91 www.lebensfreude.be	Helmut Riedl 0676/878 380 32

Das wahrscheinlich
WERTVOLLSTE
Getränk der Welt.
Unabhängiger Produkttest



Maria Waltl
+43 (0) 650 46 16 461

chloris
PFLEGE FÜR HAUT UND HAAR



www.chloris.at

Mobile Heilmasseurin

Die mobile Heilmasseurin Bianca Kutej eröffnete am 01. Mai 2011 ihre eigene Massagepraxis in Völkermarkt – die Wohlfühloase IBEA mit Wohlfühlpartner.



FOTOS: KK

Heilmasseurin Bianca Kutej

Einfach gemacht, ohne Wenn und Aber – Bianca Kutej hat sich in der wohl schwierigsten Phase ihres Lebens beruflich neu orientiert und damit die Grundlage für einen Neuanfang als Selbständige geschaffen. Nach einem Arbeitsunfall, bei dem sie eine Behinderung am Bein davontrug, und einem Krebsleiden startete die ehemalige Briefträgerin als Heilmasseurin so richtig durch. In Rekordzeit absolvierte sie die Ausbildung, baute sich als mobile Masseurin in ganz Kärnten einen Kundenstock auf, eröffnete im Mai 2011 eine eigene Massagepraxis in Völkermarkt und wurde im Juli 2011 von der WKÖ zur Unterneh-

merin des Monats ausgezeichnet.

In ihrer Praxis, bietet Bianca Wohlfühlbehandlungen jeglicher Art an. Angefangen mit verschiedensten Massagen wie Fußreflexzonen-, Zirkulär- oder Dorn-Breuss-Massagen, über Fango und Elektrotherapie bis hin zu Medi-Tapes für Sportler und Kneipp-Anwendungen – für jedes Wehwehchen bietet Bianca eine Lösung.

**WKÖ
Auszeichnung zur
Unternehmerin des
Monats. Im Juli 2011**



Des Weiteren bietet die Wohlfühloase IBEA Wohlfühlpartner in verschiedenen Bereichen an:

Nagel- und Wimpernstudio	Eva Maria Scheriau	0660 250 80 08
Neu: Fußpflege auch für Diabetiker	Martina Hafner	0650 44 54 252
Zweites Studio der Familie Hafner	Heilmasseur	
Feschnigstraße 92, 9020 Klagenfurt	Anton Hafner	0699 15 02 03 04
Shiatsu (Wohlfühl- und Entspannungsmethode aus Japan)		
Dipl. Shiatsu-Praktikerin Anita Jenschatz		0664 40 18 949
Ergo Therapie	Elisabeth Arch	0680 20 326 98

Auf Anfrage bieten alle Wohlfühlpartner auch Heimservice an.



Wohlfühlmassage ist nicht nur ein Schlagwort.

Lösen Sie Ihre Verspannungen auf der Messe „gesund & glücklich“ – Bianca Kutej und ihr Kolleginnen stehen Ihnen mit Rat und Tat zur Seite und bieten ihre Leistungen auf Basis freiwilliger Spenden zu Gunsten zweier beeinträchtigter Kinder am Messestand 25 an.

KONTAKT

Bianca Kutej – Heilmasseurin

Herzog-Bernhard-Platz 13/1. Stock
9100 Völkermarkt
Tel. +43/(0)664/332 48 55
E-Mail: biancakutej@aon.at

**Ich
Bin
Entspannt
Attraktiv**

„Altes Wissen heute Nutzen“ – Teil 5

Über traditionelle Methoden, die von unseren Vorfahren angewandt wurden und auf Grund großen Interesses eine Renaissance erleben, geht es in dieser Serie. Dieses Mal wird die Alchemie vorgestellt, die von vielen Heilkundigen im alpenländischen Raum praktiziert wurde und wieder praktiziert wird.

Alchemie: Naturheilmedizin mit der Kraft der Pflanze

Eine schwere Erkrankung und ein Vortrag zur Alchemie hat er zum Anlass genommen, umzudenken und sich der Natur, auch der „geistigen Natur“ zuzuwenden „und in die Tiefe zu gehen“. Er trat in den Templer-Orden ein und studierte alte Schriften, die sich mit der Alchemie befassen. Mittlerweile ist der Klagenfurter Ewald Sauter einer der wenigen praktizierenden Alchemisten im deutschen und italienischen Sprachraum.

„Der Ursprung der Alchemie ist in Atlantis begründet“, weiß Sauter zu berichten. Jenes mystische Atlantis, das vom griechischen Philosophen Platon (427 bis 347 v. Chr.) erstmals erwähnt und beschrieben wurde und das ca.

die sich in ganz Europa befinden, nach den Grundlagen der Alchemie zu forschen“, erzählt der 60-jährige nicht ohne Stolz. „Doch man muss wissen, dass ein Leben nicht ausreicht, um die Alchemie zu erlernen“. Für ihn war der Eintritt in den

hinweg in seine Lehre gegangen“, erzählt der ehemalige Eventmanager. Mittlerweile haben die beiden die Firma SAGRUSAN („Hilfe aus der Natur“) gegründet. Und Grubelnig übernahm in Lienz eine der vier Praxen seines Schwiegervaters, der nach wie vor in Klagenfurt, Wiener Neustadt und Triest praktiziert.



Ewald Sauter hat sein Alchemie-Wissen seinem Schwiegersohn Georg Grubelnig übertragen.

9.600 v. Chr. innerhalb „eines einzigen Tages und einer unglückseligen Nacht“ untergegangen ist. Dank Hermes Trismegistos wurde das Wissen der Atlanter und somit auch der Alchemie zu den Pharaonen des Ägyptischen Reiches gebracht. Es dauerte dann rund 10.500 Jahre, bis durch die arabischen Mauren das Wissen der Alchemie nach Spanien und - auch dank der Templer und Fraumaurer - von dort nach Europa kam.

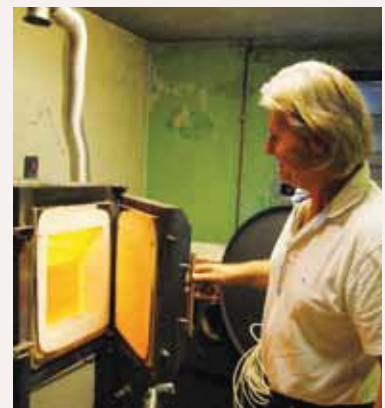
„Ich wurde für würdig befunden, in den Archiven des Templerordens,

Templerordnen folgerichtig, denn „sie sind Bewahrer des uralten Wissens“.

Und dieses alte Wissen darf nicht verloren gehen. Daher hat sich der zum Großmeister des Tempelordens aufgestiegene Sauter entschlossen, sein Wissen weiter zu geben. So fragte er eines Tages seinen Schwiegersohn Georg Grubelnig, ob er nicht bei ihm die Alchemie lernen möchte. „Da mich die Natur schon immer fasziniert hat, bin ich dann bei Ewald über mehrere Jahre

Was ist nun die Alchemie?

„Es ist die Naturheilmedizin, bei der sämtliche Heilkräfte der Pflanze herausgeholt werden“, klärt Sauter auf. „Solve et coagula“ (lat. „löse und verbinde“) ist dabei die Schlüsselformel zum Verständnis der Alchemie und beschreibt den Prozess des Analysierens, des Treffens oder AuflöSENS einer Eigenschaft und das anschließende Zusammenfügen zu einem besseren Ergebnis. Was in zehn Schritten und in rund acht Monaten wie folgt geschieht:



Mit der Veraschung bei 700 bis 1.200 Grad werden Salze und Mineralien aus der Pflanze gewonnen.



Neun Wochen stehen die geschnittenen und in Alkohol eingelegten Pflanzen „in der prallen Sonne“.

1. Ausforschung der Pflanze in der Natur;
2. Besprechung der Pflanzen einen Tag vor der Ernte;
3. Ernten der Pflanzen zu einer bestimmten Tageszeit und Sternenkongstellationsstellung;
4. Abfüllung der geschnittenen und meist in 80-prozentigem Alkohol eingelegten Pflanze in eine Flasche;
5. Stehenlassen der Flasche „in der prallen Sonne“ (wichtig für die Sonnenquanten) für die Dauer von neun Wochen, dabei tägliches Umrühren zur Dynamisierung der Pflanze;
6. Pressen in der Pflanze;
7. Veraschung der Pflanze bei 700 bis 1.200 Grad, wodurch die Salze und Mineralien aus dem Gewächs gewonnen werden;
8. Kalzination und Auffüllung mit Rodom-Wasser;
9. Zurückbilden der Salzsicht – Verbindung mit dem Auszug;
10. Informierung und Tachyonisieren (Versiegelung) der fertigen Tinktur.



Die fertige Tinktur wartet auf ihre Abnehmer.

„Dieses Verfahren garantiert auch den optimalen Einklang der Pflanzen mit der Natur“, meint Grubelnig, der über die Firma SAGRUSAN seine Tinkturen europaweit vertreibt und bei seinen Beratungen auch auf gesunde Ernährung und Bewegung seiner Klienten Wert legt.

KONTAKT

Ewald Sauter

Tel. +43 (0)664 2210385

Georg Grubelnig

Tel. +43 (0)664 5252648

eMail office@sagrusan.at

www.sagrusan.at



Dank Hermes Trismegistos (Mitte) wurde das Wissen der Atlanter und somit auch der Alchemie zu den Pharaonen des Ägyptischen Reiches gebracht. Fußbodenmosaik im Dom von Siena.

FOTO: KK

Kabbala: Antworten nach dem Sinn des Lebens

In allen Völkern dieser Erde liegen das geistige Wissen und die ursprüngliche Lehre vom Leben verborgen. Die Kabbala, zu Deutsch „überliefern“ und „überbringen“, erzählt von diesem Urwissen, welches z.B. in der Thora (5 Bücher Moses) festgeschrieben steht. Esra Voglgsang hat sich mit der Kabbala auseinandergesetzt und zeigt seinen Schülern in Seminaren, wie jeder Mensch Antworten nach dem Sinn des Lebens erhalten kann.



FOTO: ARCHIV KEDEM-ZENTRUM

Es war der 4.4.44, als Voglgsang im Kloster Dießen am Ammersee das Licht der Welt erblickte. Seine jüdische Mutter war vor den Nationalsozialisten dorthin geflohen, um ihren Sohn zu gebären. Esras Vater ist in einem Konzentrationslager umgekommen, er hat ihn nie kennengelernt. Voglgsang studierte Musik in Augsburg und München mit Abschluss „Tonkünstler“.

„Ende 30 habe ich angefangen nach dem Sinn des Lebens zu fragen. Als meine Mutter starb, erfuhr ich von meiner jüdischen Abstammung“, erzählt Voglgsang. Ein Oberrabbiner hat ihm dies schließlich bestätigt. Seitdem beschäftigt er sich mit dem Judentum und ist sogar für 12 Jahre nach Israel ausgewandert. „Dort wurde ich auch mit der Kabbala konfrontiert“, erzählt Voglgsang. Täglich befasste er sich mit der hebräischen Sprache, der Heiligen Schrift und der Kabbala.

„Ohne unsere persönliche Beziehung zum inneren Ur-Wissen, welches durch die Kabbala vermittelt wird, kann der Mensch keine Verbindung zwischen seinem inneren und äußeren Erleben herstellen“, erklärt der Kabbala-Lehrer.

Viele Menschen würden unter Störungen in der Kommunikation zwischen diesen beiden „Welten“ leiden. „Die Folge davon sind Depressionen, Ängste und vielerlei psychische Störungen“, so Voglgsang. Die Kabbala ist weder eine „Lehre“, noch eine „Methode“, sondern ein lebenslanger Weg des wieder Erlernens, Erlebens und Lehrens dieses inneren Ur-Wissens. Die Kabbala wird durch die vier Grundsätze „Persönliche Beziehung zum Ewigen“, „Menschwerdung“, „Wahrheitsliebe“ und „Authentizität“ gekennzeichnet.

Zurück in Deutschland gibt Voglgsang sein erworbenes Wissen weiter. „Durch das Studium

der Kabbala kommt der Mensch in Kontakt mit der höheren Wahrheit und erkennt die Grundstruktur der Welt und des Menschen. So findet jeder den ihm bestimmten Platz, seine Lern- und Lebensaufgabe“, verrät Voglgsang.



Kabbala-Lehrer Esra Voglgsang mit seiner Schülerin Maja Lang.

FOTO: ROLF BICKELHAUPT



FOTO: ROLF BICKELHAUPT

Auch in Jerusalem beschäftigte sich Esra Voglgsang mit der Kabbala.

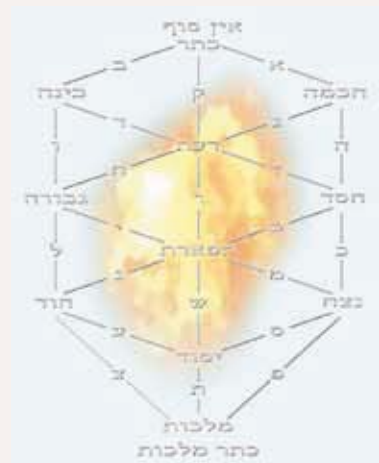
Zurück in Deutschland gibt Voglgsang sein erworbenes Wissen weiter. „Durch das Studium der Kabbala kommt der Mensch in Kontakt mit der höheren Wahrheit und erkennt die Grundstruktur der Welt und des Menschen. So findet jeder den ihm bestimmten Platz, seine Lern- und Lebensaufgabe.“, verrät Voglgsang.

Was auch seine Schüler bestätigen, wie die 34-jährige Maja Lang aus Hörbranz: „Als ich Esra kennenlernte, war ich in einer schwierigen Lebensphase. In vielen Gesprächen mit ihm erkannte ich allmählich mein Fehlverhalten.“ Die Berufs- und Sozialpädagogin

begann sich intensiv mit den alten Überlieferungen zu beschäftigen: „Ich lernte zu unterscheiden, was im Leben wirklich wichtig ist. Vieles hat sich durch mein verändertes Verständnis in meinem Leben gewandelt. Ich erfuhr eine Lebensfreude, die ich früher nicht kannte.“ Nach und nach erkannte Lang: „Wahre Freude findet man nicht im Außen, sondern im Innen“.

Voglgsang gibt sein erworbenes Wissen über den Sinn des Lebens in Seminaren weiter. Das nächste Seminar findet im November in Kärnten statt (siehe Kasten). Dazu hat er zusammen mit seiner Geschäftspartnerin Claudia

Stürzinger das KEDEM-Zentrum für Körper, Geist & Seele gegründet. Gemeinsam haben sie schon viele Menschen zu Klangschalen-PraktikerInnen ausgebildet. Ein weiteres gemeinsames Projekt: Das Buch „Das vergessene Wissen: Die Krippe“. In einer berührenden Geschichte voller Lebensweisheiten und Selbsterkenntnis verpacken sie den Sinn der Krippe nach alten Überlieferungen.



Der Lebensbaum, ein wichtiges, zentrales Bild der Kabbala, zeigt die Darstellung der Kräfte im Universum und deren Zusammenwirken.

TERMINE

18.-20.11.2011 – jeweils 9-18 Uhr:

KEDEM-Zentrum auf der Messe „gesund & glücklich“, Messe Klagenfurt, Messeplatz 1, Halle 3, Stand Nr. 31

18.11.2011 – 17.45 Uhr: „Meditation durch den inneren Lebensbaum“

Konzert mit Esra Voglgsang im Rahmen der Messe „gesund & glücklich“, Messe Klagenfurt, Messeplatz 1, Halle 3, „gesund & glücklich-Oase“

21.11.2011: Natur Haus, 10. Oktoberstraße 9, Völkermarkt

22.11.2011: Carpe Diem Wohlfühlloase, Am Rossmarkt 4, Wolfsberg

23.11.2011: Restaurant BACHLER, Silberegger Straße 1, Althofen

24.11.2011: Praxis energiehoch2 (Haus „Banner-Batterien“), Steingasse 207, Klagenfurt

25.11.2011: Maggi's Laden, Gurktaler Straße 5, Feldkirchen

Jeweils 19.00 Uhr: Vortrag: „KABBALA - Leben in der Traumwelt“ (Anmeldungen nicht erforderlich!)

26.-27.11.2011: Grundkurs, „KABBALA - Die Lehre vom Leben“,

Seehotel Hafnersee, Keutschach (bei Klagenfurt).

Infos und Anmeldungen: info@gesund-und-gluecklich.at oder T: +43 664 7376 5521

6. bis 15. Mai 2012: Kabbalistische Reise nach Israel mit Sonderseminar.

Infos und Anmeldungen: info@gesund-und-gluecklich.at oder T: +43 664 7376 5521

KONTAKT

KEDEM-Zentrum

Wiesenbach 8, D-74420 Oberrot

T: +49 173 593 7475,

E: info@kedem-zentrum.com

I: www.kedem-zentrum.com

„Probleme dauerhaft lösen“

Die „Alpe-Adria Akademie für mentale Kompetenz“, eine Einrichtung von „gesund & glücklich“ und in Kärnten ansässig, trainiert schon seit rund fünf Jahren die mentale Kompetenz ihrer Schüler. Aber die in Kärnten ansässige Bildungseinrichtung hat noch mehr zu bieten.

Kommunikationstraining



FOTO: KK

Susanne Wolozynski

„Eine gute Kommunikation ist lernbar“, ist sich die diplomierte Lebensberaterin Susanne Wolozynski sicher. Und das ist auch notwendig, denn: „Immer mehr zählt neben der beruflichen Qualifikation auch die soziale Kompetenz mit der Kommunikationsfähigkeit zu den Anforderungsprofilen im Beruf“, weiß die Kommunikationstrainerin. Insbesondere entscheide auch die Fähigkeit, klar und situationsgerecht zu kommunizieren, über den Erfolg eines jeden Einzelnen.

Im 2-moduligen Kommunikationstraining lernen die Teilnehmer u.a. das Grundlagenwissen der Kommunikation und dessen Umsetzung sowie eine konstruktive Gesprächsführung. Sie erhalten Hintergrundwissen, das bei einer Analyse notwendig ist und das neue Ansatzpunkte für Lösungen bietet. Und das Training hilft, sich über die eigenen Bedürfnisse klar zu werden und auf die jeweiligen Situationen angemessen zu reagieren, um so erfüllte und respektvolle Kontakte zu erleben. „Gerade mit diesem Seminar können wir nun eine ideale Ergänzung zu unseren Mentaltrainings anbieten“, freut sich Direktor Rolf Bickelhaupt über dieses neue

Angebot seiner Akademie.

Systemische Aufstellungen

Da Wolozynski eine Ausbildung zum diplomierten Coach für Systemische Aufstellung absolviert hat, war für Bickelhaupt klar, sie auch damit zu beauftragen. „Das Aufstellen von Familien, Organisationen, Firmen, Problemen, Symptomen und Krankheiten oder schwierigen Entscheidungen bedeutet, unser inneres Bild des jeweiligen Themas mit Hilfe von Teilnehmern aus der Gruppe in den Raum zu stellen. So werden die eigene Position und die verborgenen Beziehungen untereinander sichtbar, hörbar und spürbar erlebt“, erklärt die mit eigener Praxis in Wien und Klagenfurt arbeitende Wolozynski. Den Seminarteilnehmern ermöglicht diese lösungsorientierte Arbeit, Systeme, in denen sie leben, zu erkennen und so neuen Zugang zu ihren Ressourcen zu finden. Oft reicht eine einzige Aufstellung, um dauerhaft Probleme zum Beispiel in Familien oder Beruf zu lösen. Sofern erforderlich, werden auch Vor- und Nachgespräche angeboten.

Mentaltraining

Ob Spitzensportler oder Führungskräfte: Menschen, die hervorragende Leistungen vollbringen, wenden Mentaltraining an. Kein Wunder, dass Mentaltraining auch auf den Gebieten der Medizin

und Pädagogik zunehmend an Bedeutung gewinnt. „Nicht nur Spitzensportler und Führungskräfte, sondern jeder kann lernen, erwünschte Ziele zu erreichen“, ist sich die diplomierte Mentaltrainerin Annemarie Herzog sicher, die das Mentaltraining leitet. „Schließlich zeugen unsere über 300 zufriedenen Schülerinnen und Schüler davon“. Der nächste Trainings-Zyklus beginnt im Februar 2012. Und für all jene, die das Mentaltraining absolviert haben und dieses Wissen weitergeben wollen, bietet die Akademie die Ausbildung zum/r „Dipl. TrainerIn für mentale Kompetenz“ an, „einem Beruf mit steigendem Bedarf, mit Zukunft, mit den besten Erfolgsaussichten“, so Bickelhaupt.

Kommunikationstraining

Kommunikationstrainerin Susanne

Wolozynski

Termin Modul I:

23.03.2012 (17-21 Uhr) bis 24.03.2012 (9-17 Uhr)

Termin Modul II:

27.04.2012 (17-21 Uhr) bis 28.04.2012 (9-17 Uhr).

Landgasthof-Restaurant „Petschniglhof“, Diex (bei Völkermarkt).

Preis: 270,00 € pro Training

Seminar: Systemische Aufstellungen

Coach für systemisches Aufstellen Susanne

Wolozynski

Termin:

20.01.2012 (17-21 Uhr) bis 21.01.2012 (9-ca. 18 Uhr).

Hotel-Restaurant Zoller, Gödersdorf (Nähe Faaker See).

Preis: Aufsteller: 180,00 € - Stellvertreter: 75,00 €

„Trainieren Sie Ihre mentale Kompetenz“

– Das Mentaltraining der Alpe-Adria

Akademie für mentale Kompetenz

Dipl. Mentaltrainerin Annemarie Herzog

Termin:

- Einstiegs-Modul: Samstag-Sonntag

04.-05.02.2012

- Modul 1: Samstag-Sonntag 03.-04.03.2012

- Modul 2: Samstag-Sonntag 14.-15.04.2012

- Modul 3: Samstag-Sonntag 05.-06.05.2012

Jeweils 9-17 Uhr

Landgasthof-Restaurant „Petschniglhof“, Diex

(bei Völkermarkt).

Preis: Einstiegsmodul: 243,00 €

Module 1-3 zus. 846,00 €

Infos & Anmeldungen

T: +43 (0)664 7376 5521

E: info@gesund-und-gluecklich.at

I: www.mentale-kompetenz.com



FOTO: GERD ALTMAW / PNEID.DE

„Kräfte für das Wohlbefinden“

Die „Alpe-Adria Akademie für mentale Kompetenz“ bietet ein vielfältiges Angebot an Seminaren an. Drei davon werden im Folgenden vorgestellt.

FOTO: GERO ALTMANN / PIXELIODE



Seminar „Du bist vollkommen“

Einen „vollkommenen Körper“, gibt es das? „Ja!“ behauptet die in Österreich geborene und im Schwarzwald wirkende Margarethe Fee Fabro-Ekhlhas. Unter anderem hat sie Ausbildungen zur Reiki-Meisterin, zum Geistigen Heilen und zur Energetischen Wirbelsäulenaufrichtung bei allen Rückenproblemen absolviert. Sie erklärt: „Wenn wir eine unangenehme Erfahrung machen, erschafft unser Bewusstsein sofort Gefühle und Gedanken und speichert sie als negative Erfahrung in unserem Körper ab. Wir gehen sofort in Abwehrstellung und versuchen uns, wenn möglich, zu rechtfertigen! Der fatalste Fehler überhaupt! Dadurch bekommt das negative Gefühl erst die Möglichkeit, diese Energie in den Körper einzuspeichern. So kann nach Jahren Krankheit entstehen“.

In diesem Seminar können die Teilnehmer ihre negativen Erlebnisse auflösen und lernen, diese Methode im Alltag mit Leichtigkeit für sich selbst und Andere anzuwenden und ihre Wirbelsäule im eigenen Wohnzimmer geistig aufzurichten. „Anhand von verschiedenen Beispielen und Übungen erfahren die Seminaristen ihr

wahres SEIN und welche Vollkommenheit in ihnen schlummert“, verspricht Fabro-Ekhlhas.

Seminar „Das gesprochene Wort“

Die „göttliche Allgegenwart“ liegt dieser ‚neuen‘ Technik zugrunde, die von den Transformations-Experten Carsten Knop und Helga Heinz entwickelt worden ist. Dabei wird davon ausgegangen, dass hinter aller Unvollkommenheit Vollkommenheit liegt, in der Lüge sich Wahrheit verbirgt und jede Angst Liebe zum Inhalt hat, Prinzipien, die auf den ersten Blick nicht so einfach zu erkennen sind. „Doch das Universum funktioniert auf diese Weise“, sagen die beiden Experten, die im Südwesten Deutschlands ihre Praxen haben. Ziel dieser gesprochenen Technik ist, dass destruktives Denken, Fühlen, Handeln usw. in sich zusammen fällt.

Ein weiterer Schwerpunkt des Seminars ist das Gebet in der Form, dass es größtmögliche Wirkung entfaltet, also die erhofften Ergebnisse eintreten, wobei dabei das Wichtigste der Glaube ist. „Ist er nicht vorhanden, bleibt das Ziel des Gebets in weiter Ferne. Ist er aber vorhanden, sind die anderen Punkte zweitrangig, da er der stärkste Motor ist“, sind sich Knop und Heinz sicher.

Räucher-Seminare

„Wohnräume sind erst dann rein, wenn die negativen Energien daraus entfernt werden“, weiß Räucherexpertin Annemarie Herzog zu berichten. Und sie erklärt: „Jeder hinterlässt energetische Spuren. Und diese Altlasten werden für Bewohner von Häusern und Wohnungen zur Belastung. Mit der sehr alten Räuchertherapie können diese Verunreinigungen jedoch mühelos entfernt werden“.

In ihren Seminaren lernen die Teilnehmer unter anderem, die Kräfte des Räucherns für das Wohlbefinden zu nutzen, negative Energien am Körper und im Raum zu entfernen und womit geräuchert werden kann. Und Heilkräuterpädagogin Renate Aitzetmüller wird als Co-Referentin die Räucherkräuter vorstellen.

Seminar „Du bist vollkommen!“

Margarethe Fee Fabro-Ekhlhas

Termin:

26.11.2011 (10-17 Uhr) bis 27. 11. 2011 (10-16 Uhr).

Naturgasthof Schlosswirt, Ossiach.

Preis: 160,00 €

Seminar „Das gesprochene Wort“

Carsten Knop und Helga Heinz

Termin:

17.-18.03.2012, jeweils 9-17 Uhr.

Landgasthof „Pucher“, Eberndorf (Südkärnten).

Preis: 330,00 €

Räucherseminar „Weihnachtszeit - Räucherzeit“ – Altes Wissen heute nutzen

Räucherexpertin Annemarie Herzog

Termin:

03.-04.12.2011, jeweils 9-16 Uhr.

Naturgasthof Schlosswirt, Ossiach.

Preis: 180,00 €

„Mit Räuchern das Leben ins Reine bringen“ – Altes Wissen heute nutzen

Räucherexpertin Annemarie Herzog

Termin:

21.-22.04.2012, jeweils 9-16 Uhr.

Landgasthof-Restaurant „Petschnighof“, Diex (bei Völkermarkt).

Preis: 180,00 €

Infos & Anmeldungen

T: +43 (0)664 7376 5521

E: info@gesund-und-gluecklich.at

I: www.mentale-kompetenz.com

gesund & glücklich



präsentiert Vorträge & Workshops der Extraklasse

FOTOS: KK



MARTIN ZOLLER

Weltweit tätiges Medium mit eigener TV-Show auf RTL 2
Vortrag: Intuition als Schlüssel zur Seele
20.10.11 - Hollersbach, Talstation Panoramabahn

21.10.11 - Lienz, Aula des Bundesrealgymnasiums
22.10.11 - Pörtlach, Congress Center Wörthersee (CCW)
Jeweils 19.30 Uhr



CLEMENS KUBY

Der Filmemacher, der sich selbst von einer Querschnittslähmung geheilt hat.

Vortrag:
Die Heilung der eigenen Zukunft

27.10.11 - Wien, Haus der Begegnung Rudolfsheim, 19.30 Uhr



CLEMENS KUBY

Der Filmemacher, der sich selbst von einer Querschnittslähmung geheilt hat.

Workshop:
Praktische Führung zur eigenen Weisheit

28.10.11 - Wien, Haus der Begegnung Rudolfsheim, 19.30 Uhr



CHRISTOPH FASCHING

Botschafter des Lichts
Vortrag: „2012 - das Ende der Zeit“ – Wenn die Welt umkehrt und zu dem wird, was sie

immer schon sein wollte, dann wird der Mensch seine Bestimmung erlangen

10.11.11 - Hollersbach, Talstation Panoramabahn
11.11.11 - Pörtlach, Congress Center Wörthersee (CCW)
12.11.11 - Lienz, Aula des Bundesrealgymnasiums. Jeweils 19.30 Uhr



JOHANNES HOLEY

Journalist, Autor und Vortragsreisender

Vortrag:
„Jetzt reicht's!“ Rote Karte für Krankheits- und

Ernährungsschwinder - dieser Vortrag wird auch ihre Augen öffnen

17.11.11 - Hollersbach, Talstation Panoramabahn
18.11.11 - Lienz, Aula des Bundesrealgymnasiums. Jeweils 19.30 Uhr



JOHANNES HOLEY

Journalist, Autor und Vortragsreisender

Erkenntnisnachmittag:
Zeitenwende 2012 bis 2015 und unsere beiden Gehirnhälften

19.11.11 - Messezentrum Klagenfurt, 13.00 Uhr



JÜRGEN FLIEGE

Der bekannte Fernsehpfarrer

Vortrag: Die vier Tore des Himmels

28.11.11 - Hollersbach, Talstation Panoramabahn
19.30 Uhr



JEANNE RULAND

Die erfolgreiche Buchautorin und Schamanin

Vortrag:
Aussicht auf das Jahr 2012 und

Segnung des Jahres

1.12.11 - Hollersbach, Talstation Panoramabahn
3.12.11 - Grafenstein (bei Klagenfurt), Hambrusch-Säle
Jeweils 19.30 Uhr



JEANNE RULAND

Die erfolgreiche Buchautorin und Schamanin

Vortrag:
Aussicht auf das Jahr 2012 und Segnung des Jahres

2.12.11 - Lienz, Aula des Bundesrealgymnasiums
19.30 Uhr



DR. RÜDIGER DAHLKE

Der bekannte Arzt & Psychotherapeut

Doppelvortrag:
Lebensprinzipien & Peace Food

24.4.12 - Congress Innsbruck
18.30 Uhr



MANFRED MOHR

Bestsellerautor, Seminarleiter & Coach

Vortrag:
Das Wunder der Selbstliebe (nach dem gleichnamigen Bestseller)

18.5.12 - Hollersbach, Talstation Panoramabahn
19.5.12 - Pörtlach, Congress Center Wörthersee (CCW)
Jeweils 19.30 Uhr

LEBEN 2012.COM
BEWUSST • GESUND • MENTAL

Karten für alle Veranstaltungen gibt es bei

www.oeticket.at
Tel. +43 (0)1 96096
sowie bei allen Libro-Filialen, Raiffeisenbanken, Sparkassen und Volksbanken in Österreich
Mehr Infos:
www.mentale-kompetenz.com



FOTO: ROLF BICKELHAUPT

Die „gesund & glücklich“-Oase auf der Messe „gesund & glücklich“, ein der Natur nachempfundenes Ambiente, bildet einen einmaligen Rahmen für die beiden Konzerte.

gesund & glücklich in Klagenfurt

Bereits zum dritten Mal findet die „gesund & glücklich - Messe für Körper, Geist & Seele“ zusammen mit der traditionellen Messe „Gesund Leben“ vom 18. bis 20. November 2011 am Klagenfurter Messegelände statt, zu der sich rund 55 Aussteller und 45 Referenten angesagt haben.

Besonderes Highlight sind die Schnupperstände: „Hier können unsere Besucher bei Schnupper- und Kurzbehandlungen selbst erfahren und erspüren, wie einzelne Therapien auf sie wirken wie Prana, Shiatsu, Bowen, Klangschalen-Massage und vieles andere“, so Rolf Bickelhaupt, der zusammen mit Annemarie Herzog die Messe organisiert.

Produkte des Jahres 2011

Besonders stolz sind die beiden Organisatoren über den Auftritt des Schirmer-Verlages aus Darmstadt, einem der größten Verlage der Spiritualität überhaupt. Er wird auf rund 60 Quadratmetern eine komplette Buchhandlung aufbauen. Mit innerwise und Melanie Missing sind zwei Aussteller dabei, die heuer bei der „Harmony World“, Europas größter Trend- und Fachmesse für den ganzheitlich-spirituellen Bedarf, den 1. bzw. 2. Platz

bei der Wahl „Produkt des Jahres 2011“ gewonnen haben. Und die Österreich-Premiere des Gesellschaftsspiels „DAS GLÜCKLICH-SPIEL“ findet im Rahmen der Messe statt.

Ganzheitliches Ärzteforum

Insgesamt rund 45 Referenten informieren die Besucher über neueste Trends auf den Gebieten der ganzheitlichen Gesundheit und der Spiritualität. Dazu konnten die Veranstalter fünf der renommiertesten Ganzheits- und Naturheilmediziner Kärntens gewinnen, die auch Sprechstunden abhalten werden. Stargast des Vortragsprogramms ist sicherlich der Autor Johannes Holey mit seinem Erkenntnisnachmittag „Zeitenwende 2012 bis 2015 und unsere beiden Gehirnhälften“.

Konzerte & Vorträge

Zwei Konzerte von Esra Voglsang bzw. Chris Amrhein und Sandy Kühn sowie ein Scherbenlauf runden das vielfältige Programm ab. Und das Messe-Café, das vom „Gamsnest“ des Südkärntner Hausberges Petzen eingerichtet wird, bietet die Möglichkeit, kulinarische Genüsse mit allen Sinnen zu genießen.

VERANSTALTUNGEN AUF DER MESSE

FREITAG, 18. Nov. 2011

17.45 Uhr: gesund & glücklich-Oase: Meditationskonzert Reise durch den persönlichen Lebensbaum. Mit Esra Voglsang, Oberrot (Deutschland). Dauer: Ca. 1 Stunde. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Das Konzert ist im Messeeintrittspreis enthalten.

SAMSTAG, 19. Nov. 2011

17.45 Uhr: gesund & glücklich-Oase: Ich bin Liebe - Konzert mit deutschen Mantrén, Herzensliedern und Obertongesang. Mit Chris Amrhein & Sandy Kühn, Berchtesgaden (Deutschland). Dauer: Ca. 1 Stunde. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Das Konzert ist im Messeeintrittspreis enthalten.

13.00 Uhr: Messe-Centrum: Erkenntnisnachmittag: Zeitenwende 2012 bis 2015 und unsere beiden Gehirnhälften. Mit Johannes Holey, Journalist, Sachbuchautor und Vortragsreisender, Großschönau (Deutschland). Dauer: Ca. 3 Stunden. Anmeldungen: www.oeticket.com, Tel. +43 (0)1 96096, alle Libro-Filialen sowie alle bei allen Raiffeisenbanken, Sparkassen und Volksbanken in Österreich. Preis: 43,80 inkl. Vorverkaufsgebühr.

SONNTAG, 20. Nov. 2011

16.15 Uhr: Vortragsbühne 2: Das SCHÄRFSTE, das Sie je erlebt haben: Der SCHERBENLAUF. Mit Franz Josef Schützenhofer (Steiermark). Dauer: Ca. 1 Stunde. Anmeldungen: Tel. +43 (0)664 4934347 oder eMail info@der-franzjosef.at. Preis: 25,00 - Jugendliche bis 16 Jahre frei.

Alle Veranstaltungen in der Messehalle 3 im Obergeschoß.

Ausnahme: Erlebnissnachmittag mit Johannes Holey am 20.11.11 um 14 Uhr im Messezentrum.

INFO

gesund & glücklich – Das Magazin
Spezial Messe- und Kongressverteilung:

21.-13. Okt. 2011 Darmstadt:

„Schirmer-Tage für Gesundheit & Spiritualität“

28.-30. Okt. 2011 Bad Wörishofen:

„3. Wörishofener Herbst 2011“ von Pfarrer Jürgen Fliege

18.-20. Nov. 2011 Klagenfurt:

„gesund & glücklich – 9. Messe für Körper, Geist & Seele“



Berlin: Holocaust-Gedenkstätte als „Raum für Meditation“

Eine Touristin hüpft vergnügt über Betonquader, ein einheimisches Liebespaar schmust auf einem der Stelen. Für den Berliner Medienberater Raoul Sievernich ist dieser Ort ein „Raum für Meditation“, für den Architekten des Bauwerkes Peter Eisenman aus New York ein „spiritueller Platz“. Die Rede ist vom „Denkmal für die ermordeten Juden Europas“ in Berlin. **ROLF BICKELHAUPT**



FOTO: ROLF BICKELHAUPT

Das Holocaust-Mahnmal befindet sich unmittelbar an der innerstädtischen Parkanlage „Großer Tiergarten“ (Hintergrund).

An einem der exponiertesten Plätze der deutschen Hauptstadt, zwischen Brandenburger Tor und Potsdamer Platz, wurde auf einer Fläche von 19.000 Quadratmetern dieses Monument, das auch als „Holocaust-Denkmal“ bezeichnet wird, errichtet. Das am 10. Mai 2005 eingeweihte Bauwerk gehört laut „Berlin Tourismus Marketing“ zu den „Top Ten“ Berlins und wurde seit dem von rund zehn Millionen Menschen besucht.

Das wellenförmige Feld des Denkmals, das mit dieser abstrakten Form zum Nachdenken anregen soll, besteht aus 2711 Stelen, die jeweils 2,38 Meter lang, knapp einen Meter breit und bis zu 16 Tonnen schwer sind. Zwischen diesen Betonquadern, die teilweise vier Meter hoch sind, ziehen sich schmale Gänge, die nur 95 Zentimeter

breit sind. Architekturkritiker wie-sen wiederholt auf die erstaunliche Akustik in diesem Stelen-Feld hin, „die ein Spannungsfeld zwischen geometrisch strenger Form und metaphorischen Assoziationen entstehen lasse“, wie die deutsche Zeitschrift „Fliege“ (Untertitel „Hilfe-Heilen-Horizonte“) schreibt.

Die 2.711 Stelen haben keine explizite symbolische Bedeutung. Eisenman selbst bezeichnete sein Denkmal als „place of no meaning“, also als einen Ort, dem keine bestimmte Bedeutung innewohnt. „Ausmaß und Maßstab des Holocaust machen jeden Versuch, ihn mit traditionellen Mitteln zu repräsentieren, unweigerlich zu einem aussichtslosen Unterfangen.“, konstatierte Eisenman einst. „Unser Denkmal versucht, eine neue Idee der Erinnerung zu entwickeln, die sich deutlich von Nostalgie unter-

scheidet.“

Der unter dem Stelenfeld gelegene „Ort der Information“ dokumentiert in einer Ausstellung die Verfolgung und Vernichtung der europäischen Juden. Der Besucher erhält im Foyer zuerst



FOTO: FRANZISKA KNUPE

Der Architekt Peter Eisenman, ein US-amerikanischer Hochschullehrer und Architekt von internationalem Rang, vor „seinem“ Mahmal.

FOTO: BERLIN ONLINE STADIPORTAL



Eine Touristin hüpfte vergnügt über die Betonquader des Denkmals.

INFO

Denkmal für die ermordeten Juden Europas

Ebertstraße, 10117 Berlin, Deutschland

T: +49 (0)30 26 39 43 36

I: www.holocaust-mahnmal.de

Öffnungszeiten Stelenfeld: täglich 24 h

Öffnungszeiten „Ort der Information“:

April-September: Di-So 10-20Uhr

Oktober-März: Di-So 10-19Uhr

Eintrittspreise: Eintritt frei

Führungen: Sa 11 u. 14 Uhr,

So 11, 14 u. 16 Uhr (3,00 €)

Nahverkehr S- und U-Bahn:

„Potsdamer Platz Bf“: S1, S2, S25, U2

Grundinformationen zum historischen Kontext und gelangt dann in vier Themenräume, in denen das Thema aus historischer und persönlicher Sicht aufgearbeitet wird. Dabei stehen Stelenfeld und „Ort der Information“ nicht in Konkurrenz zueinander, sondern ergänzen sich und bilden zusammen das Denkmal für die ermordeten Juden Europas.

„Es liegt da, offen bis zur Schutzlosigkeit, und nimmt jeden, wie er gerade kommt. Verbotsschilder muss man lange suchen. Wer in das Stelenfeld von Peter Eisenman hineinläuft, ist allein mit sich; niemand macht einem Vorschriften, was hier zu empfinden wäre.“

Man kann nachts gehen, wenn es stiller ist; oder am lichten Tag, wenn der Platz hinter dem Brandenburger Tor von Schulkassen nur so brummt; man kann von oben drauf sehen, wo der Platz mit den 2711 Stelen leicht und bewegt wirkt wie ein Kornfeld im Wind, oder man stellt sich an seinen tiefsten Punkt, umragt von schwarzen Steinen, an dem man den Ausweg aus dem Blick verliert.“

Mariam Lau, deutsche Autorin und Publizistin, in der „Zeit“ vom 27.1.2010

Wir sorgen seit 50 Jahren dafür, dass Österreich gesünder bleibt.

www.generali.at

Früher hatte die Krankenversicherung einen vorrangigen Zweck: Kranke wieder gesund zu machen. Heute versteht sich die Generali Zusatzversicherung zusätzlich als Instrument zur Gesundheitsvorsorge, die nicht erst für Sie da ist, wenn etwas passiert ist, sondern alles übernimmt, damit es erst gar nicht so weit kommt.

Nähere Infos: Landesdirektion für Kärnten / Osttirol

Burggasse 9, 9010 Klagenfurt, Tel.: 0463/58 29-0, E-Mail: office.knt@generali.at



NEU: Das Generali-Gesundheitstelefon ☎ 0800 20 444 00 rund um die Uhr.

Unter den Flügeln des Löwen.





FOTO: HABER/KK

Im Rahmen der Diözesanpartnerschaft unterstützt die Diözese Gurk die katholische Kirche in Sarajewo dabei, in einer schwierigen Situation positive Akzente für die Zukunft zu setzen.

(Im Bild: Bischof Schwarz und Kardinal Puljic bei einem Partnerschaftsbesuch auf einer bosnischen Baustelle)

Der Krieg ist nicht vergessen

Seit 2004 baut die Partnerschaft zwischen der Diözese Gurk und der Erzdiözese Sarajewo mit am Vertrauen in eine Region, in der alles zerstört schien. Viele gemeinsame Projekte stärken den sozialen Zusammenhalt.

Die Idee zu dieser Partnerschaft ist nach dem Mitteleuropäischen Katholikentag entstanden und ist auf fruchtbaren Boden gefallen. Für Kärntens Diözesanbischof Alois Schwarz und dem Leiter des Bischöflichen Seelsorgeamtes, Msgr. Josef Marketz, stand nicht das Risiko im Vordergrund, in einer Region, in der nur neun Prozent der Bevölkerung Katholiken sind, wenig Widerhall zu finden. Sie wollten den vom Krieg gezeichneten Menschen helfen, wieder Vertrauen zueinander zu finden oder ganz einfach einen kleinen Beitrag dafür leisten, dass Kriegsflüchtlinge wieder in ihre Heimat zurückkehren können.

Bisher wurden unter anderem die Projekte „Schafe für Rückkehrer“, „Essen auf Rädern“ und der Bau des „Europakindergartens“ im Caritaszentrum in Sarajewo durchgeführt. Außerdem konnten bereits mehrere Pfarr- und Schulpartnerschaften geschlossen werden, so zum Beispiel zwischen den Pfarren Spital/Drau und Lug-Brankovici, den Pfarren Treibach-Althofen und Vareš oder den Pfarren Moosburg und Stup.

Im Rahmen der Diözesanpartnerschaft wurde auch das Partnerschaftsprojekt der Katholischen Jung-schar Althofen mit der Pfarre Vareš „Cesta mira – Straße des Friedens“ durchgeführt, die Installierung einer Hauskrankenhilfe in Odžak realisiert und mehrere Projekte und Einrichtungen in Sarajewo, wie zum Beispiel das Familienzentrum in Gromiljak, unterstützt.

Außerdem finden regelmäßig gegenseitige Besuche von Bischof Schwarz und Kardinal Vinko Puljić mit Delegationen in der jeweils anderen Diözese statt.



FOTO: PRESSESTELLE/DIÖZESE

Mag. Kurt Haber ist Diözesanverantwortlicher für die Diözesanpartnerschaft und Direktor des Bischöflichen Gymnasiums St. Ursula in Klagenfurt.

rg-org-ursula-dir@lsr-ktn.gv.at

Diözesanpartnerschaft – Gelebte Solidarität über Grenzen hinweg

Freundschaft und solidarisches Handeln sind gefragt

Seit dem Mitteleuropäischen Katholikentag 2004 habe ich die Möglichkeit, an der Diözesanpartnerschaft unserer Diözese mit der Erzdiözese Sarajewo aktiv mitzuarbeiten. Partnerschaft – nicht Patenschaft – bedeutet immer auch Beziehung, Begegnung mit anderen, vertraut werden mit Fremdem. Es war und ist für mich vieles neu: in einem Land zu sein, das noch immer an den Folgen des Krieges in den 90er Jahren leidet, mit KatholikInnen unterwegs zu sein, die in der Stadt Sarajewo nur etwa vier Prozent der Bevölkerung ausmachen, Menschen zu begegnen, die durch den Verlust von Angehörigen, Freunden, Haus und Hof verbittert und unversöhnlich sind.

Und doch gibt es Augenblicke des Glücks, Hoffnung aus dem Glauben heraus, Aufbruch zu Neuem. Häuser werden renoviert, Kindergärten errichtet, Schul- und Jugendzentren, offen für alle, gebaut.

Die Diözese Gurk versucht, die KatholikInnen in Sarajewo auf dem Weg in eine gelingende Zukunft zu unterstützen – durch finanzielle Zuwendungen, durch Partnerschaften auf Pfarr- oder Schulebene, durch Projekte im Bereich „Bildung und Soziales“, durch gegenseitige Besuche, vor allem aber durch Gespräche, in denen wir den Menschen zeigen, dass sie nicht allein gelassen sind, dass es solidarisches Handeln gibt, dass Freundschaft nicht an Grenzen gebunden ist.

Ich bin überzeugt davon, dass wir den Menschen in unserer Diözese bewusst machen müssen, dass Bosnien-Herzegowina – von Klagenfurt nur etwa 630 Kilometer entfernt, in unseren Köpfen aber weiter weg als die Malediven – die Unterstützung „von außen“ braucht, von der Europäischen Union, von Österreich, von Kärnten, von uns Christen.

Gesund durch VIBE Therapie

Rasche und kompetente Therapien bei Verspannungen der Muskulatur und Problemen des Bewegungsapparates.

Über 20 Therapeuten – viele von ihnen spezialisiert auf besondere Anwendungs- und Massagemethoden – bieten in der privaten VIBE THERAPIE im Kurzentrum Warmbad ein umfangreiches Therapieangebot an. Durch ärztliche Unterstützung werden die Therapien ganz auf die Bedürfnisse des Patienten ausgerichtet. Im schulmedizinischen Sinne wie auch durch alternative Methoden.

Was bedeutet „VIBE“?

VIBE, die ihre Spuren in Warmbad in Form einer Büste und eines Weihsteins hinterlassen hat, wurde einst von den Kelten und Römern als Quellgöttin verehrt. Der Grund hierfür wurde schon früh erkannt: das Warmbader Thermalwasser. Die Inhaltsstoffe dieses Wassers der sogenannten Akrato-Therme (Magnesium – Calcium – Hydrogencarbonat) tragen zur körperlichen Entspannung bei und wirken entzündungshemmend und schmerzlindernd.

Rund um das wohltuende natürliche Thermalwasser hat sich



Thermal-Urlquellenbad. Schwimmen direkt über der Quelle.

eine Therapie-Infrastruktur mit dem Kurzentrum Thermal-Heilbad entwickelt. Therapieformen wie die Manualtherapie (Maitland, Mulligan) – als individuelle und wissenschaftlich fundierte Behandlung – werden bei akuten sowie chronischen Beschwerden angewandt. Lokal begrenzte Verhärtungen der Skelettmuskulatur, von denen Schmerzen ausgehen können, werden erfolgreich durch die Triggerpunkttherapie beseitigt. Craniosakrale Therapie und Akupunktmassagen als alternativmedizinische Behandlungsformen verbessern den Energiefluss im Körper und aktivieren die Selbstheilungskräfte. Darüber hinaus haben die Physiotherapeuten Kenntnisse in K-Taping (Therapieanwendung mit elastischem Tape), sowie in Sportphysiotherapie bis hin zu Konzepten der Physiotherapie nach orthopädischen Grundlagen und des myofascialen Release (Lösung von Verklebungen und Verwachsungen des Muskel- und Bindegewebes).

VORTEILE der VIBE privaten THERAPIE

Flexible und rasche Terminvereinbarung, freie Therapeutenwahl.

Eintritt in das Tepidarium sowie der Aufenthalt im Ruheraum im Kurzentrum sind inklusive. Ermäßigter Eintritt in das Thermal-Urlquellenbad.



Rücken-Fit durch VIBE Therapie.

Sie benötigen rasch eine Therapie?

Wir sind flexibel in der Terminierung und organisieren für Sie die Teilerstattung bei Ihrer Krankenkasse.

KONTAKT

**VIBE Therapie
im Kurzentrum
Thermal-Heilbad**

Kadischenallee 26
A 9504 Warmbad-Villach
Tel.: +43(0)4242-37000-1170
E-Mail: vibe@warmbad.at
www.warmbad.at



Physiotherapie.

Interview

FOTOS: KK / ANZEIGE



Schlank und Fit mit „Slim Lady“

Seit 1. September ist das Figurstudio „Slim Lady“ in der Dr. Franz-Palla-Gasse in Klagenfurt geöffnet. „gesund & glücklich“ sprach mit Geschäftsführerin Marion Burgstaller über die ersten Erfolge beim Abnehmen mit der Airpressure Bodyforming Methode.

Frau Burgstaller, welche Erfahrungen haben Sie bei Ihren Kundinnen mit dem Slim Belly Bauchgurt gemacht?

Unsere ersten Erfahrungen haben bestätigt, was bereits in vielen Ländern durch laufende wissenschaftliche Studien nachgewiesen wurde: Die Airpressure Bodyforming Methode sorgt für gezieltes Abnehmen an den Problemzonen. Im Durchschnitt nehmen die Teilnehmerinnen bis zu 4 Kilo oder 8 cm Bauchumfang in 4 Wochen ab. Bei einigen Damen konnte sogar eine Reduktion des Bauchumfanges um bis zu 20 cm an zwei gemessenen Stellen festgestellt werden.

Wie funktioniert die Airpressure Bodyforming Methode?

Hauptbestandteil ist der „Slim Belly“ (Bauchgurt) bzw. die „Slim Legs“ (Hose für Oberschenkel und Po). Durch sanfte Wechseldruckmassage wird die Durchblutung und dadurch Stoffwechsel und Fettabbau an den Problemzonen gefördert. Gleichzeitiges Ausdauertraining an modernen Geräten in Kombination mit bewährten Ernährungsregeln sorgt für sichtbare und messbare Erfolge. Und das bereits nach wenigen Anwendungen. Die wissenschaftliche Studie des IMSB beweist eindeutig, was wir täglich

in der Praxis erleben: Bauchumfang bzw. Po- und Oberschenkelumfang können gezielt reduziert werden. Und das ohne Pillen und ohne zu hungern, sondern auf natürliche Weise.

Doch wir freuen uns nicht nur über diese Erfolge, sondern auch darüber, dass unseren Kundinnen das Training bei Slim Lady offensichtlich Spaß macht. Unser Lounge Bereich wird gerne für gemütliche Plaudereien genutzt oder um einen kalorienarmen Eiweiß-Shake zu genießen. Und noch etwas spürt man – das regelmäßige Ausdauertraining verbessert die Kondition und die Leistungsfähigkeit merklich. Man fühlt sich einfach besser und kann so auch den Alltag besser meistern, außerdem werden auch die Abwehrkräfte gestärkt, was besonders jetzt zu Beginn der kalten Jahreszeit wichtig ist.



Die ersten Kundinnen von Slim Lady freuen sich über verloren Kilos und Zentimeter.

KONTAKT UND ANMELDUNG



Dr. Franz-Palla-Gasse 23
9020 Klagenfurt
Tel.: +43 0463/50 20 92

Öffnungszeiten: Montag bis Donnerstag
9:00 bis 13:00 und 15:00 bis 20:00
Uhr, Freitag 9:00 bis 17:00 Uhr

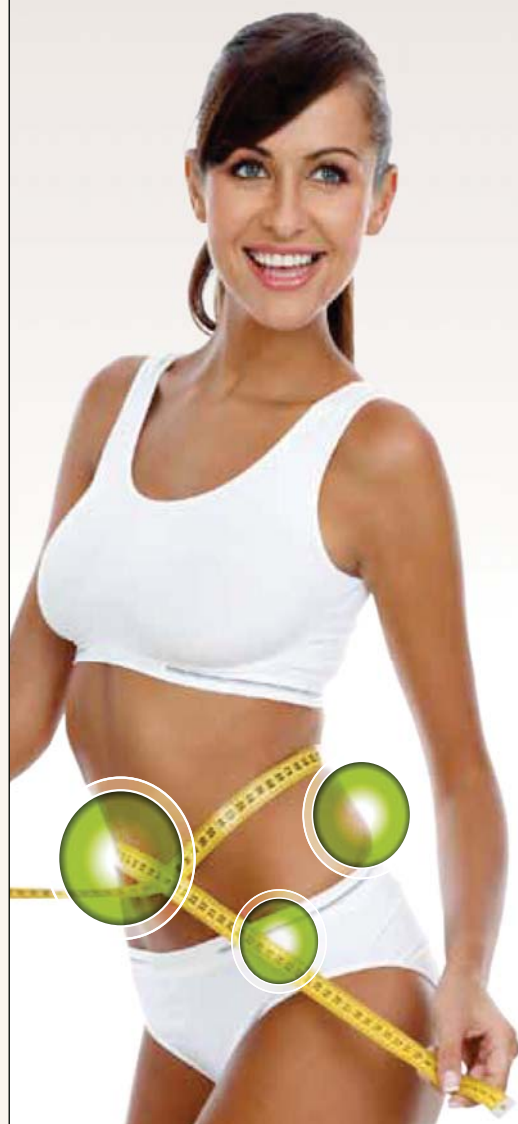
**Neu in Klagenfurt
jetzt anmelden!
Tel. 0463/50 20 92**

Bis zu 8-fach höhere Fettreduktion
im Hüftbereich mit Airpressure Bodyforming.
Wissenschaftlich bewiesen!
Alle Details zur Studie lesen Sie unter www.slim-belly.com

Punktgenau abnehmen

Machen Sie Ihre Problemzonen zu Lieblingszonen.
Gesund, natürlich und schnell!

slimbelly
by AIRPRESSURE BODYFORMING



**Gezielt Fett verbrennen, Gewebe straffen und
Hautbild verbessern. All das ist mit Airpressure
Bodyforming möglich.**

Die sanfte Wechseldruckmassage des Slim Belly fördert
die Durchblutung am Bauch und verbessert dadurch
Fettabbau und Stoffwechsel.

Das Erfolgs-Programm:

- Leichtes Training, 2-3 Mal pro Woche à 30-40 Minuten
an modernen Ausdauergeräten
- Anwendung der Airpressure Bodyforming Methode
zur gezielten Durchblutung des Bauchbereichs
- Bewährte Ernährungsregeln

Deutlich sichtbare Ergebnisse bereits nach wenigen
Anwendungen!

Nur 19,90 Euro/Woche
Mindestlaufzeit 4 Wochen

**Jetzt anmelden unter
Telefon
0463/50 20 92**
(Nur für Damen)



 **slimlady**
natürlich. gesund. abnehmen.

Dr. Franz-Palla-Gasse 23
9020 Klagenfurt am Wörthersee
www.slimlady.at

Krug's Sonnenstudio – gesund und gebräunt durch den Winter

Seit mehr als 15 Jahren beschäftigt sich Wilhelm Krug mit Solarien. In Krug's Sonnenstudio steht bei der Besonnung die Gesundheit im Vordergrund – die attraktive Bräune ist dabei ein positiver Nebeneffekt.

Wenn die Winterzeit anbricht, werden die Tage immer kürzer und die Sonnenstunden immer weniger. Viele Menschen leiden in dieser Jahreszeit unter Depressionen und sehnen sich nach einem sonnigen Wohlbefinden. Ein bis zwei Besuche im Sonnenstudio können diesem

Gefühlszustand leicht Abhilfe schaffen und bieten sich perfekt zum Ausgleich von Sonnendefiziten an – das Wohlbefinden wird gesteigert und ein beträchtlicher Beitrag zum Gesundheitszustand wird geleistet.

Sonnenstrahlen helfen unserem Körper nicht nur dabei, Glückshormone auszuschütten, sondern versorgen ihn auch mit einer Extraportion Vitamin D, welches vor Krebs- und Herz-erkrankungen sowie rheumatischer Arthritis und Diabetes schützt.

Vernünftiges Bräunen stimuliert das Immunsystem, erhöht

die Knochendichte, stärkt das Herzkreislaufsystem, lindert depressive Verstimmungen und vermittelt Lebensfreude sowie schöne Haut und Erholung. Durch ständige Wartung und UV-Röhrenwechsel garantiert Krug's Sonnenstudio höchstes Qualitätsniveau, welches durch behördliche Kontrollen sichergestellt wird. Nichtsdestotrotz empfiehlt Wilhelm Krug, es mit dem Sonnen nicht zu übertreiben. Sonnenbrände müssen unbedingt vermieden werden, daher ist weniger immer mehr.

FOTO: KK / ANZEIGE



KRUG'S SONNENSTUDIO
EIN TAUCHER VON SONNE
Alle 18 Kärntner Sonnenstudios
finden Sie auf
www.sonnenstudio-krug.at

Wohlfühlen beim Schlafen

Die neue Matratze aus **REGAPUR-Naturschaum** verleiht Ihnen einen erholsamen Schlaf.

Bereits seit Jahren wird versucht aus nachwachsenden Rohstoffen hochwertige Schaumstoffe zu erzeugen um diese im Schlafbereich einzusetzen. Der natürlich nachwachsende Rohstoff aus Pflanzenöl schont die Erdöl-Ressourcen und somit auch unsere Umwelt.

In enger Zusammenarbeit mit

Frau DI Barbara Mayr, Leiterin der Pilates-Akademie Wien, wurde nun eine Matratze entwickelt, die eine angenehme Balance zwischen **optimaler Stützkraft, perfekter Körperanpassung und kuscheligem Liegekomfort** findet.

REGAPUR, der klimaaktive Naturschaum, zusammengesetzt aus wertvollen ätherischen Ölen sorgt für optimales Schlafklima durch seine elastische, formstabile und antiallergische Konsistenz. Tanken Sie Kraft aus der Naturquelle und schöpfen Sie Energie für Körper, Geist und Seele.

Während die wa-

benförmige, atmungsaktive Zellstruktur des Matratzenkerns für optimales Schlafklima sorgt, verspricht die herausragende Schnitttechnik eine hohe Punkteelastizität und einen **ergonomisch richtigen Schlafkomfort**. Der exklusive Doppeltuchbezug ist aus natürlich nachwachsenden Rohstoffen hergestellt und sorgt für ein angenehm weiches und trockenes Schlafklima.

Besuchen Sie uns auf der gesund & glücklich Messe, beim **Messestand 02** und informieren Sie sich über unser reichhaltiges Angebot!

KONTAKT

Natur Haus Sophie Petritz

10. Oktoberstraße 9, 9100 Völkermarkt
Tel.: 04232/27 266
Mobil: 0676/ 54 63 284
sophie.petritz@gmx.at

FOTOS: KK / ANZEIGE



Schmerzen bekämpfen mit Insogitechnik

Diese Anwendungsmethode wurde speziell für Personen entwickelt, die Stress haben und keine Zeit mitbringen, aber dennoch Schmerzen haben und diese möglichst effizient bekämpfen wollen.



FOTOS: KK / ANZEIGE

Gisela Sohl

Mit der Insogitechnik lassen sich Blockaden oder Verspannungen binnen weniger Minuten lösen, der Nacken wird frei von Blockaden, der Kopf lässt sich leichter drehen. Alltagsbelastungen werden gebessert, so ist zum Beispiel das Einparken mit dem Auto keine Qual mehr. Sogar eine kurze Mittagspause lässt sich für eine Anwendung nutzen, um sich danach wohler zu fühlen. Vor



Ines Sohl

der Arbeit, nach der Arbeit, in der Pause wir sind für Sie da.

Haben Sie eine Narbe, die entstört werden muss? Sind Sie gestürzt und haben den Fuß verdreht? Leiden Sie unter Migräne, Kopfschmerzen, oder Rückenschmerzen?

Dann sind Sie bei uns richtig! Wir sind immer für Sie da – unser besonderer Bonus: Wir stehen immer zur Verfügung, auch wenn

Sie eine Anwendung am Wochenende oder an Feiertagen benötigen. Rufen Sie an und informieren Sie sich, wir beraten Sie gerne.

INFO

Ausbildungen der Insogitechnik und Chinesischen Fußreflexzonenanalyse finden laufend statt.

Wir sind auch Wochenende und Feiertags für Sie individuell da!!!

KONTAKT

energie hoch2
ines+gisela sohl | energetische szenar-practitioner

Gisela Sohl - 0664/2777766

Ines Sohl - 0664/2047788

www.energiehochzwei.at



Gewerbeimmobilien

Seit 1990 arbeitet Lexer Immobilien erfolgreich im Gewerbeimmobilienmarkt. Dabei liegt der Schwerpunkt bei der Vermittlung von Handels-, Geschäfts- und Büroflächen in Österreich und dem benachbarten Ausland.

- Jahrzehntelange Erfahrung
- Marktübersicht
- Optimales Netzwerk
- Kreative Vermittlung

Klagenfurt-Wien
www.lexerimmo.at

Patientenverfügung

Kann ich bestimmen welche Behandlungen an mir durchgeführt werden?

Eine Patientenverfügung ist ein Auftrag an einen behandelnden Arzt, in dem man bestimmte Behandlungsmethoden vorweg für den Fall ablehnt, dass man dies dem Arzt selbst nicht mehr mitteilen kann. Dabei ist es schwierig künftige Krankheiten oder Unfälle vorherzusehen und kann das Unterlassen einer – medizinisch indizierten – Behandlung auch zum Tod führen. Daher ist für eine verbindliche Patientenverfügung eine Beratung durch einen Arzt und einen Notar (oder einen Patienten- oder Rechtsanwalt) vorgeschrieben. Ohne Beratung ist die Patientenverfügung nur beachtlich, der Arzt muss sich nicht daran halten.

Generell muss man eine klare Vorstellung haben, welche Behandlung man in einer Situation nicht will. Oft wird eine Lebensverlängerung durch künstliche Ernährung abgelehnt. Auch wenn man den Verlauf einer Krankheit kennt, ist eine Verfügung sinnvoll.

Eine verbindliche Patientenverfügung muss nach fünf Jahren erneuert werden, sonst ist sie nur beachtlich. Eine Patientenverfügung kann jederzeit widerrufen werden.

Über alle Fragen der Vorsorge im vermögensrechtlichen und gesundheitlichen Bereich berät Sie Ihr Notar.

INFO

Mag. Klaus Schöffmann
Öffentlicher Notar in Klagenfurt

NOTARIAT MAG. KLAUS
SCHÖFFMANN



Bambergerhaus
Alter Platz 22
Tel +43/(0)463/509 508
www.notariat-schoeffmann.at

FOTO: KK / ANZEIGE

Verlustverrechnung ohne Veranlagung

Das Bundesministerium für Finanzen hat den Ministerialentwurf zur Einführung des EU-Vollstreckungsamtshilfegesetz vorgelegt, mit dem unter anderem auch die Besteuerung der Einkünfte aus Kapitalvermögen nochmals vor Inkrafttreten geändert werden soll.

Kernpunkt der Änderungen aus Anlegersicht ist ohne Zweifel die Einräumung eines Verlustausgleiches auf Ebene der zum Abzug der Kapitalertragsteuer (KESt) verpflichteten depotführenden Stelle (Bank), welcher verpflichtend unter folgenden Voraussetzungen durchzuführen ist:

- Berücksichtigung sämtlicher Depots, die der Steuerpflichtige bei der depotführenden Stelle unterhält
- Einbeziehung aller Arten verrechenbarer Einkünfte aus Kapitalvermögen, dh Einkünfte aus der Überlassung von Kapital (Zinsen, Dividenden), aus realisierten Wertsteigerungen und aus Derivaten.
- Laufende Verrechnung von zunächst angefallenen Verlusten mit später anfallenden Gewinnen, KESt fällt nur auf die positive Differenz an.
- Laufende Rückerstattung der KESt auf positive Einkünfte bei Verrechnung mit später realisierten Verlusten in dem entsprechenden KESt-Vorauszahlungszeitraum (idR Monat). Die Erstattung ist begrenzt mit 25 % der verrechneten Verluste bzw dem Betrag der im Kalenderjahr bereits abgeführten KESt.
- Bei Depots mit mehreren Depotinhabern (UND/ ODER-Konten) kann nicht depotübergreifend verrechnet werden.

Ausgenommen von der Verrechnung durch die depotführende Stelle sind Depots, die betrieblichen Zwecken dienen.

Die Änderungen sollen generell mit 1.4.2012, die laufende Verlustverrechnung abweichend erst mit 1.1.2013 in Kraft treten, um den depotführenden Stellen Zeit zur Umsetzung der Bestimmungen zu geben. Für im Zeitraum April bis Dezember 2012 erzielte Einkünfte ist eine „geblockte“ Verlustverrechnung bis zum 30.4.2013 durch die depotführende Stelle vorgesehen.

INFO



KPMG
cutting through complexity™

Mag. Walter Zenkl
Wirtschaftsprüfer und Steuerberater
KPMG Klagenfurt
9020 Klagenfurt, Krassniggstraße 36
Tel +43 (463) 512820-0
wzenkl@kpmg.at

FOTO: TANIA MARCADELLA KK/ANZEIGE

Ihrer Gesundheit zuliebe

Die Gesundheit ist das wichtigste Gut im Leben eines Menschen.

Oft weiß man sie erst zu schätzen, wenn man einmal krank ist. Das österreichische Gesundheitssystem gewährleistet eine gute Versorgung. Will man jedoch keine Kompromisse eingehen müssen und legt Wert darauf, selbst mit zu bestimmen, sollte man jedenfalls auch privat vorsorgen!

Beste Versorgung und maximaler Komfort im Krankenhaus

Die private Krankenversicherung der Donau bietet den idealen Schutz im Falle eines Krankenhausaufenthaltes. Die Hits von Donau SecurMed Stationär sind die Weltgarantie, die Einholung einer zweiten Meinung vor einer Operation, Sofortschutz bei Unfall oder beispielsweise auch die Stilllegung des Vertrages bei einschneidenden

Veränderungen der Lebensumstände unter Aufrechterhaltung des Versicherungsschutzes nach Unfällen.



FOTO: KK / ANZEIGE

Landesdirektor Emanuel Dovjak und Berater Robert Gross.

Ein 25-jähriger Mann kann sich bereits ab 44 Euro im Monat versichern. Je nach persönlichen Ansprüchen und Bedürfnissen können Zusatzbausteine gewählt werden. Die Krankenhaus Taggeld-Versicherung hilft, die finanziellen Belastungen bei Spitalsaufenthalten zu tragen und allfälligen Verdienstentgang bei erfolgsabhängigen Einkommen auszugleichen. Ein Extra dabei ist die Verdoppelung der Leistung nach einem Unfall bzw. bei einem Krankenhausaufenthalt ab dem 22. Tag.

INFO

Für weitere Informationen kontaktieren Sie:

Donau Versicherung
Landesdirektion Kärnten

Tel. 050 330 73524
Herrn Robert Groß, Akad. FDL

NEU!

Donau Krankenversicherung

Für die Gesundheit ist das Beste gerade gut genug. Ob in der Klinik oder beim Spezialisten in der Praxis, ob im Inland oder im Ausland: mit der Krankenversicherung der Donau bleiben keine Wünsche nach optimaler medizinischer Betreuung offen. Sichern Sie sich die Stärken der Donau jetzt auch für den Gesundheitsbereich!

Donau ServiceLine 050 330 330; www.donauversicherung.at

Flexibel wie das Leben

Donau
VIENNA INSURANCE GROUP



FOTOS: KK

„Verschmolzen in der Musik“: Chris und Sandy

Tun und Wirken am Herzchakra Europas

„In der Musik sind wir verschmolzen“ - So bringen Sandy Kühn und Chris Amrhein ihre gemeinsame Berufung auf den Punkt. Obertongesang und Klangreisen, Mantrensingen und Schamanische Musik sind ihre Schwerpunkte. Doch bis die „beiden Extreme“ vor drei Jahren zueinander fanden, musste jeder erst einmal seine eigene Berufung finden.

Wobei die „Liebe zur Musik und zu den Schwingungsphänomenen des Klangs“ Chris (Jg. 1964) schon immer begleitet haben. Nach seinem Musikstudium an der Universität Mozarteum Salzburg war er dort fünf Jahre als Universitätsassistent tätig.

Da er dort seine Idee, Musik und Heilung in Verbindung zu bringen, nicht verwirklichen konnte, machte sich der Berchtesgadener 2002 selbständig „um zu Leben was ich spüre“. Seitdem arbeitet er als freischaffender Künstler, Obertonsänger, Heiler, Schamane und Lehrer, veranstaltet Konzerte, Workshops und bietet Einzelunterricht und Seminare zu verschiedenen

Aspekten von Musik und Tanz, Abenteuer- und Medienpädagogik sowie zur Gewaltprävention an. Er kreierte die Ausbildung zum „Energie- und Schwingungsarbeiter“ und ist Lehrer an der „Akademie für Selbstheilungsprozesse“ (SHP) von Clemens Kuby sowie an der „Akademie für Europäische Naturheilmethoden und Schamanismus“ von Kurt Brückler.

**„Himmel und Erde verbinden
für ein freies und authentisches
Sein in Liebe“ Chris & Sandy**

Papajeahja Sandy Kühn (Jg. 1978) entdeckte schon in der Kindheit ihre „Verbundenheit zur

Anderswelt“. Familiäre und schulische Probleme brachten sie auf den spirituellen Weg. „Ich war auf der Suche nach Heilung, Liebe und Glück!“ In ihr schlummerte schon immer das Bedürfnis, „Menschen mit den Erkenntnissen und Erfahrungen meines Lebensweges zu helfen“. Neben der „Schule des Lebens“ absolvierte sie daher Ausbildungen wie geistiges Heilen, psy. Kinesiologie, Rückführungen und Clearing, „alles Methoden, mit denen ich schnell und direkt an die Wurzel des Problems komme“.

Mit ihrer spirituellen Entwicklung trat auch die Musik in ihr Leben. Alte Sprachen und Gesänge kamen in Trancen aus ihr gesprudelt. „Es

geschah einfach...“. So begann ihr Weg zur Stimmschamanin. Mittlerweile arbeitet Sandy sehr erfolgreich mit ihrer Gabe, der Heilkraft ihrer Stimme. In Seminaren und Workshops sowie in Einzel- und Gruppensitzungen „unterstütze ich mit starker Erdenergie und meinem Wissen Menschen, die auf dem Weg der Selbstbefreiung sind, die ihr eigenes Stimmpotential entdecken wollen, um tiefer in das Mysterium der Lebendigkeit und der Komplexität der kosmischen Harmonie einzutauchen“, wie sie sagt.

Seminare und Konzerte

Seit drei Jahren nun sind Chris und Sandy zusammen, „verschmolzen in der Musik“ und verbunden durch eine Schamanische Hochzeit. Und die beiden „starken Extreme“, wie Sandy ihre Beziehung zu Chris



Die „Liebe zur Musik und zu den Schwingungsphänomenen des Klangs“ haben Chris schon immer begleitet.



Sandy arbeitet sehr erfolgreich mit ihrer Gabe, der Heilkraft ihrer Stimme.

bezeichnet, haben ihre Plätze für ihr gemeinsames Tun & Wirken gefunden. Auf dem Untersberg bei Salzburg, dem Herzchakra Europas und einem der stärksten Kraftplätze, halten sie auf 1.600 Meter Seehöhe z.B. das Seminar „Stimme & Heilung auf dem Untersberg - dem Wunderberg“. Und im Salzheilstollen von Berchtesgaden, dort „wo die Verbindung zur Mutter Erde besonders intensiv ist“, geben sie Konzerte wie deutsche Mantren und Herzenslieder aus dem „Ich bin Liebe“-Liederbuchorakel. Dieses Konzert ist eine Symbiose aus der Kraft des Mantren-Singens und dem Wissen über die Bedeutung

positiven Denkens in deutscher Sprache. „Egal ob die Konzertbesucher mitsingen oder einfach nur zuhören, das gemeinsam erzeugte Schwingungsfeld stärkt uns mit Liebe für die Herausforderungen des täglichen Lebens“, sagen Chris und Sandy.

Und ihre gemeinsam kreierte Angebote sind vielfältig wie das Leben selbst: Konzerte, Klangreisen, und Seminare zum Thema Stimme & Heilung, Obertongesang, Schamanismus, Sterbe- und Geburtsbegleitung mit Musik und Ritual, Vermählungszeremonien, Wasserarbeit mit Unterwassermusik und Bewegung sowie Einzelstunden für Stimme und Rhythmus gehören zu ihrem ständigen Repertoire.

TERMINE

18.-20.11.2011 – jeweils 9-18 Uhr:

Chris & Sandy auf der Messe „gesund & glücklich“

19.11.2011 – 17.45 Uhr:

„Ich bin Liebe“ - Konzert mit deutschen Mantren, Herzenslieder und Obertongesang im Rahmen der Messe „gesund & glücklich“.

Bd. Messe Klagenfurt, Messeplatz 1, Halle 3, Stand Nr. 30

Weitere Termine...

... wie Seminare, Konzerte usw. finden Sie auf der Homepage www.sandyundchris.de

KONTAKT

Chris Amrhein

Nonntal 10, D-83471 Berchtesgaden

T: +49 179 9303560

M: kontakt@chrisamrhein.de

I: www.chrisamrhein.de

Sandy Kühn

Marktstraße 10

D-09212 Limbach-Oberfrohna

T: +49 172 7028816

M: mail@stimmschamanin.de

I: www.stimmschamanin.de

Gemeinsamer Internetauftritt:

www.sandyundchris.de



FOTOS: KK

Lese- und Spieletipps

VON HEIDI SCHIRNER

Melanie Missing: Die Lichtenergie der Einhörner

Die Autorin lernte ich an Pfingsten 2011 auf dem Rainbow Spirit Festival in München persönlich kennen. Ich war sofort berührt von ihrer Herzlichkeit, die mir so noch nicht untergekommen ist. Immer wenn sie an unserem Stand vorbeikam, legte sie ihre Hand aufs Herz und verbeugte sich leicht zum Gruße

mit einem Lächeln. Ihre Berichte über ihre neuesten Erlebnisse mit den Einhörnern wirkten auf mich so authentisch und klar, dass es gar nicht anders gehen konnte, als dass wir in unserem Verlag ein Buch über ihre Essenzen veröffentlichen! Nun ist es fertig, und die Texte sind so berührend und liebenswert wie Melanie auch in Wirklichkeit ist. Sie hat ihr Schatzkistchen für uns alle geöffnet, so dass jeder daran teilhaben kann. Lassen auch Sie sich berühren von dieser zauberhaften Welt, die durch die Gabe von Melanie Missing zu uns kommt!

Schirner Verlag, 160 Seiten, ISBN 978-3-8434-1031-1, 14,95 € [D] 15,40 € [A] | CHF 18,90 [CH]

Sabine Rosali Brindl: Das Glück-Spiel

Sabine Rosali Brindl hatte eine geniale Idee: und zwar, wie man Menschen spielerisch glücklich macht! Geboren aus einer Not

(Beziehungs-drama – wie könnte es anders sein) entwickelte sie fünf wesentliche Fragen, mit denen man spielerisch in die Seele eines Menschen schauen kann. Es durften nur Fragen sein, deren Antworten



„glücklich“ machen, aber auch

den wahren Wesenskern eines Menschen ans Licht bringen. Nun ist es fertig: das Glück-Spiel – und jeder kann es spielen – mit seinem Partner, mit Vater oder Mutter, den Geschwistern oder Kollegen. Am Ende gibt es nur Gewinner!

Schirner Verlag,
ISBN 978-3-8434-9023-8, 19,99 € [D] | 19,99 € [A] | CHF 31,90 [CH]

Annemarie Herzog: Die Räucherin

Annemarie Herzog ist „Die Räucherin“. Durch einen balinesischen Heiler erreichte sie der geistige Ruf ihrer Großmutter, das fast vergessene Wissen um die Räucherkunst wieder zu erinnern und anzuwenden. Über zehn Jahre hinweg beschäftigte sie sich mit dieser alten Kunst, forschte in ihrer Erinnerung und bei alten noch lebenden Kulturen dieser Welt. Entstanden ist ein Buch, welches ihr Wissen nun weitergibt. Mit wunderschönen Illustrationen und Fotos von ihren Reisen durch die Welt erzählt uns Annemarie Herzog, wie man Räume energetisch reinigt, sie

von Fremdenergien befreit. Aber auch wie man das Energiefeld des Menschen reinigen kann, um die Selbstheilungskraft, die jedem Menschen innewohnt, freizusetzen.

Viele Erfolgsberichte krönen ihre Arbeit, die noch lange nicht zu Ende ist. Im kommenden Jahr erscheint das zweite Buch dieser authentischen und sympathischen Frau mit vielen weiteren Rezepten und Anwendungen.

ACHANTA-Eigenverlag,
ISBN 978-3-200-02026-9, 19,80 € [D] | 19,80 € [A] | CHF 28,50 [CH]



INFO

Beide vorgestellten Autorinnen sowie die Spieleentwicklerin können Sie im Rahmen der Messe „gesund & glücklich“, die vom 18. bis 20. November 2011 am Messegelände Klagenfurt stattfinden wird, am Stand des Schirner-Verlages (Halle 3 · Obergeschoss · Stand-Nr. 32) treffen.

ZUR PERSON

Heidi Schirner gründete im April 1987 zusammen mit ihrem Mann in Darmstadt die größte spirituelle Buchhandlung Deutschlands und 13 Jahre später den Schirner Verlag, der mittlerweile jährlich mehr als 100 spirituelle Titel veröffentlicht. Aus dieser Zeit erwuchs ein umfangreiches spirituelles Wissen, welches sie täglich ratsuchenden Menschen weitergibt – sowohl in persönlichen Gesprächen in der Buchhandlung als auch in der Titelauswahl des Verlages oder der Zusammenstellung des 4mal im Jahr erscheinenden Schirner-Versandkataloges. www.schirner.com

Gefragter Topberuf mit Zukunft

Das Gesundheitsbewusstsein der Bevölkerung rückt immer mehr in den Vordergrund. Gesundheitsvorsorge ist nicht mehr länger ein Schlagwort und damit steigt auch der Bedarf an qualifizierten Gesundheitsberufen.



Ulrike Herzig, Fachspezielle und organisatorische Leiterin des Massageausbildungszentrums Kärnten

Vor allem der medizinische Masseur und der Heilmasseur sind sehr gefragte Berufe, da sich die Auszubildenden ein sehr umfangreiches Wissen hinsichtlich der Anatomie der Menschen, Massagetechniken und Energetik sowie noch weiteren Therapieformen aneignen. Gute Leistungen kann der Masseur nur dann erbringen, wenn er auch gut unterrichtet wurde. Die Wahl der Ausbildungsstätte ist wesentlich für den Erfolg.

Das MAZ Kärnten (Massageausbildungsstätte Kärnten des ÖVHB) ist seit 1963 in der Ausbildung tätig. Die Qualität der Ausbildung wurde durch die ArtSet Qualitätstestierung GmbH geprüft und bestätigt. Dadurch haben die Auszubildenden die Möglichkeit eine Landesförderung zu lukrieren.

Was muss ich tun, um Masseurin zu werden?

Die Ausbildung zur Medizinischen Masseurin ist im Heilmasseurgesetz ganz genau geregelt und umfasst feste Ausbildungsbestandteile. Darüber hinaus ist es wichtig, dass sich die Masseurinnen über die verlangten Grundkenntnisse hinaus weiterbilden und qualifizieren! Im MAZ Kärnten lernst du alle diese für eine gute Masseurin notwendigen Grundlagen – im Rahmen einer klassischen schulischen Ausbildung, mit praktischen Übungen und Gruppenunterricht. Hier können weitere fertige Medizinische Masseurinnen und Heilmasseurinnen diverse Zusatzausbildungen absolvieren.

Wie lange dauert die Ausbildung?

Die Ausbildung zur Medizinischen Masseurin dauert über ein Jahr und beinhaltet ein dreiviertel Jahr die Vermittlung aller theoretischen Grundkenntnisse und ein halbes Jahr Praxis in einer Kuranstalt, einem Krankenhaus, in einem physikalischen Institut, bei Physiotherapeuten oder zugelassenen Heilmasseuren.

Wenn du dich selbständig machen willst und sowohl an Kranken als auch an Gesunden auf der Grundlage eines Gewerbes arbeiten möchtest, musst du die Aufschulung zur Heilmasseurin machen. Diese dauert etwa ein dreiviertel Jahr und erfolgt am Abend nebenberuflich.

Was macht eine gute Masseurin aus?

Die Erfahrung zeigt, dass eine gute Masseurin jemand ist, der bei persönlichen Anliegen – sei es die Unterstützung bei einem Gesundheitsprozess oder einfach eine Wohlfühlanwendung – hilft oder Anstoß dazu gibt, dass etwas „Gutes“ in Bewegung gebracht wird. Zwischen Masseurin und Patient entsteht ein Vertrauensverhältnis.

Welche Massage hilft wirklich, welche nicht?

Massage ist eine Reizsetzung, um Menschen in jeglicher Form zu helfen. Bin ich eine gute Heilmasseurin, habe ich gelernt mit dem Werkzeug, das mir die Schule und meine Ausbildungen mitgegeben hat, klar zu erkennen, welche Art der Behandlung bei dieser Erkrankung hilft.

Wie grenzt sich die Masseurin von der Energetikerin ab?

Im Energetiker Gewerbe ist klar geregelt, dass diese weder massieren noch ärztliche Diagnostik ausüben dürfen – hüten Sie sich also vor Heilsversprechern. Es gibt sicher Menschen, die einen intuitiven Zugang zur Heilung haben – diese sind jedoch selten. Eines ist klar: Alle ehrlichen Therapieformen haben das gleiche Ziel: Unterstützung und Förderung der Gesundheit. „Wir als Heilmasseurinnen können mit unseren Fähigkeiten bei sehr vielen Krankheiten und psychischen Zuständen helfen, auch bei Burn-Out, Stress, Ängsten – und vor allem natürlich bei allen krankhaften Zuständen, die die Muskulatur und die energetische Versorgung des Körpers betreffen und werden dadurch auch in Zukunft wesentlich mehr gefragt sein als bisher“, so Ulrike Herzig. Wir leben in einer berührungsarmen Zeit mit vielfältigen und immer komplexer werdenden Krankheiten und Symptomen. Durch unsere fachlich fundierte einfühlsame und gesundheitsorientierte Arbeitsweise werden Medizinische-, wie Heilmasseurinnen in Zukunft qualifizierte Fachkräfte darstellen – ein großes Potential für Gesundheitsberufe.

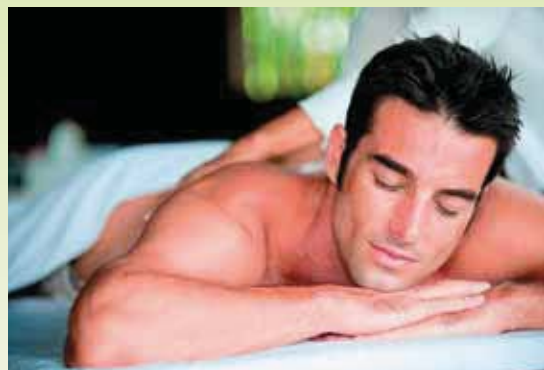


FOTO: KK / ANZEIGE

Massagen tragen zur Gesundheit und zum Wohlbefinden bei.



Akademie
des Österreichischen Kneippbundes

KONTAKT

Villacher Straße 1A
9020 Klagenfurt
Tel.: 0664/93 05 307
heilmasseurverband@chello.at
www.kneippakademie.at



Private Therapie für den besonderen Anspruch



In der VIBE Therapiestation im Kurzentrum Warmbad-Villach betreut Sie ein kompetentes Team von Ärzten und Physiotherapeuten. Die Therapien eignen sich bei Störungen und Erkrankungen des Bewegungsapparates sowie bei Durchblutungsstörungen. Ebenso für Prävention und Rehabilitation nach Unfällen und operativen Eingriffen.

- Freie Therapeutenwahl
- Rasche und flexible Terminvereinbarung

VIBE Therapie im Kurzentrum
Thermal-Heilbad Warmbad-Villach

Telefon +43 4242 37000-1170
vibe@warmbad.at
www.warmbad.at