

Qualifizierung zur Betreuung demenzkranker Menschen

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer werden für ein ehrenamtliches Engagement als Betreuer/in demenzkranker Menschen qualifiziert. Sie setzen sich mit der besonderen Situation demenzkranker Menschen auseinander und lernen die spezifischen Probleme dieser Erkrankung verstehen. Außerdem gehört ein Praxisteil von 20 Stunden zur Ausbildung. Sie reflektieren ihr ehrenamtliches Engagement und die Bedeutung für den persönlichen Lebensbereich.

Die Fortbildung schließt mit einem Zertifikat ab.

Die Fortbildung ist eine Kooperationsveranstaltung vom Seniorenservicebüro der Stadt Osnabrück, der Katholischen und der Evangelischen Erwachsenenbildung.

171/10/0048 13.11.2010 bis 19.02.2011

Termine: samstags
13.11.+22.11.2010
22.01.+19.02.2011
jeweils 9.30 - 17.00 Uhr

donnerstags:
18.11., 25.11., 02.12.+09.12.2010
27.01., 03.02.+10.02.2011
jeweils 15.30 - 18.45 Uhr

Leitung: Christiane Hillebrand
Dipl. Pflégewirtin (FH),
Krankenschwester

Ort: Anna-Gastvogel-Straße 1,
49080 Osnabrück

Anmeldung und Information:
Seniorenservicebüro
Tel.: 0541-3232122

T'ai Chi - Basisausbildung

1. Ausbildungsstufe: Kurze Sequenzen

Die Ausbildung richtet sich an alle Interessierten und an Menschen, die im Gesundheits- und Sportbereich tätig sind wie: Physio- und Ergotherapeuten, Masseur, Heilpraktiker, Ärzte, Gesundheitsberater, Tanz- und Bewegungstherapeuten usw..

Das ausführliche Ausbildungskonzept erhalten Sie bei Klemens J.P.Speer.

Darüber hinaus eignet sich die Veranstaltung zum intensiven Üben für alle Interessierten und ist anrechenbar für eine KursleiterInnen- und LehrerInnen-Ausbildung (anerkannt vom DDQT, Deutscher Dachverband für Qi-gong und Taijiquan e.V.).



Bitte gesonderte Ausschreibung (Flyer) bei der Ev. Familien-Bildungsstätte oder bei Klemens J.P. Speer anfordern, Tel.: 0541/804567!

Anmeldung:

E-Mail: info@speer-taichichuan.de

Internet: www.speer-taichichuan.de

M24035 Samstag, 07.08.2010, 10.00 - 21.00 Uhr
Sonntag, 08.08.2010, 9.00 - 15.00 Uhr
Thema: Schnupperkurs - Einführung

M24036 Samstag, 04.12.2010, 10.00 - 21.00 Uhr
Sonntag, 05.12.2010, 9.00 - 15.00 Uhr
Thema: Brokate und Harmonie

P24037 Samstag, 26.02.2011, 10.00 - 21.00 Uhr
Sonntag, 27.02.2011, 9.00 - 15.00 Uhr
Thema: Der Kranich und Meditation

P24038 Samstag, 07.05.2011, 10.00 - 21.00 Uhr
Sonntag, 08.05.2011, 9.00 - 15.00 Uhr
Thema: Fünf Räder und Kleiner Kreislauf

P24039 Samstag, 02.07.2011, 10.00 - 21.00 Uhr
Sonntag, 03.07.2011, 9.00 - 15.00 Uhr
Thema: Einführung kurze Form

P24040 Samstag, 08.10.2011, 10.00 - 21.00 Uhr
Sonntag, 09.10.2011, 9.00 - 15.00 Uhr
Thema: Korrektur des Übungsgutes

Leitung: Klemens J.P. Speer,
Lehrer für T'ai Chi Chu'an und Meditation
Elisa-Margret Adam

Gebühr: 130,00 € pro Wochenende (bar zu zahlen
beim Kursleiter vor Kursbeginn)

Ein weiteres Vertiefungs-Wochenende ist nach
Absprache für 2012 vorgesehen.

Persönlichkeit entfalten, Sprachen lernen, den Horizont erweitern

*Ein Mensch stand auf 'ner großen Wiese und stellte fest, er liebte diese.
Bisher ging er nur dran vorbei, doch plötzlich sieht er sie ganz neu.
Heut' hat er sich die Zeit genommen und ist bewusst hierher gekommen.
Welch' Unterschied, Welch' ein Entdecken! Es tut ihm alle Sinne wecken.
Er atmet fröhlich ein und aus und geht zufrieden dann nach Haus.*

Mich und die anderen besser kennen lernen – mit Hilfe des Enneagramms

Wer die eigenen Schwächen und Stärken und diejenigen anderer kennt, kann sein persönliches Potential leichter entfalten und mit den Anderen besser umgehen. Das Enneagramm, eine jahrhundertalte Typenlehre, erklärt, warum Menschen sich in einer bestimmten Art und Weise verhalten: Wo liegen Ihre Stärken und Schwächen und wo sind Sie besonders ansprechbar? Wieso verstehen Sie sich mit einem Menschen nicht und haben immer wieder einen Konflikt mit ihm? Das Seminar hilft Ihnen, sich und andere besser zu verstehen und schätzen zu lernen und Ihre Potentiale und Stärken zu erkennen. Sie werden wahrnehmen, welche Ausstrahlung Sie und jeder Mensch haben können.

Termin: Einzelveranstaltung

P25001 Samstag, 22.01.2011, 9.00 - 17.00 Uhr

Leitung: Doris Ostermann, Dipl.-Sozialpädagogin,
Supervisorin (DGSv)

Gebühr: 55,60 €

Trickfilm für Erwachsene

In dem Kurs geht es darum, unter fachlicher Anleitung einen Trickfilm zu produzieren. Von der Entwicklung eines Drehbuches über die Fertigung der Kulissen bis hin zur Filmherstellung können die KursteilnehmerInnen eine Trickfilmproduktion von A-Z erleben und gestalten.

Termin: wöchentlich, 8 mal

M24020 Mittwoch, 18.08.2010, 9.30 - 11.00 Uhr



M24020A Montag, 25.10.2010, 9.30 - 11.00 Uhr

P24021 Mittwoch, 19.01.2011, 9.30 - 11.00 Uhr

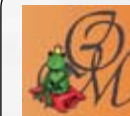
P24021A Montag, 02.05.2011, 9.30 - 11.00 Uhr

Leitung: Bettina Selle, Sozial- und
Trickfilmpädagogin

Gebühr: 51,50 €

Männer malen anders,... ... ist nur die Frage, ob?

Dies ist ein Kurs für Väter, Opas, Onkel, Pädagogen, die sich nicht nur auf das Betrachten der Kunstwerke ihrer „Zöglinge“ beschränken wollen, sondern Lust haben, selbst einmal zu Stiften und Farbe zu greifen und am eigenen Leibe erleben möchten, wie viel Spaß kreativ sein macht. So ganz nebenbei erfahren Sie auch noch viel über sich selbst und erleben ein ganz neues Miteinander.



*Die Osnabrücker
Märchenfrauen erzählen
Märchen und Geschichten
für Erwachsene und Kinder!*

Wir gestalten

☺ Märchenmachmittage

☺ Märchenabende

☺ Familienfeste

☺ Kindergarten- und Schulveranstaltungen

☺ Märchenwanderungen

☺ und vieles mehr

Informationen und Buchungsanfragen unter
www.os-maerchenfrauen.de

Wir freuen uns auf Sie!



der. „Ich kann nicht malen“ gibt es nicht, Bewegungs- und Wahrnehmungsübungen eröffnen die kreativen Potentiale und laden zu großflächigem Gestalten ein.

Mitzubringen: bequeme Kleidung, eine Decke und warme Socken, Kittel oder Oberhemd

M16026 Freitag, 08.10.2010, 17.00 - 21.00 Uhr
Samstag, 09.10.2010, 10.00 - 18.00 Uhr

P16027 Freitag, 11.03.2011, 17.00 - 21.00 Uhr
Samstag, 12.03.2011, 10.00 - 18.00 Uhr

Leitung: Elke Philipsen, Künstlerin
Gebühr: 68,00 €

„Wohlan denn Herz, nimm Abschied und gesunde“

Immer wieder sind wir herausgefordert, Abschied zu nehmen von geliebten Menschen, von Gesundheit, Jugend, Wünschen, Plänen, Hoffnungen.... von all dem, was nie mehr so sein wird, wie es war.

Trauer ist unsere natürliche Reaktion. Sie erfasst den Menschen ganz. Im Chaos heftiger Gefühle hilft weder Flucht noch Verleugnung. Heilsam ist die bewusste Hinwendung zur Trauer: weinen, klagen, wüten - Trauer fließen lassen.

Aktives Trauern versöhnt mit dem Schicksal und ermöglicht, Abschied zu nehmen. Im Loslassen gewinnen wir Zuversicht und entwickeln Perspektiven für neue Lebenswege. In diesem Seminar begeben wir uns in einer mitfühlenden, solidarischen Gemeinschaft auf den Weg durch die Trauerlandschaft. Rituale, kreative Gestaltungen, Meditation, Tanz und Musik sowie Gespräche unterstützen uns dabei.

Mitzubringen: Malblock, Stifte, Erinnerungsgegenstand, bequeme Kleidung, Socken

Termin: Einzelveranstaltung
M25007 Samstag, 27.11.2010, 10.00 - 17.00 Uhr

Leitung: Jenny von Borstel, Sozialarbeiterin, Trauerbegleiterin

Gebühr: 50,00 €

„Zurück nach Hause“ - Autorenlesung

Als sich Dorothea Jöllenbeck 1998 entschied, aus den USA zurückzukehren, um ihre Eltern in deren letzter Lebensphase zu begleiten, ahnte sie nicht, wohin sie dieser Schritt tatsächlich führen würde. In ihrem Buch erzählt sie die Geschichte ihrer „neuen alten“ Familie - lebendig, berührend und sehr ehrlich.

Für diesen Abend ist keine Anmeldung erforderlich.

Termin: Einzelveranstaltung
M25008 Montag, 22.11.2010, 19.30 - 21.00 Uhr

Leitung: Dorothea Jöllenbeck, Autorin, Bewegungspädagogin

Gebühr: 4,00 €

Biblische Geschichten erleben - Wahrnehmen und Gestalten

Körperlernen und Bewegungserfahrung sind die Grundlage für einen erfahrungsbezogenen und kreativen Zugang zu biblischen Inhalten und Geschichten. Die dort beschriebenen Geschehnisse sind Anlass, die eigenen Bilder, Empfindungen und Gedanken zu entfalten und zu gestalten. Auf diese Weise kann das individuelle Glauben lebendig und anschaulich werden.

Mitzubringen: Bequeme Bewegungskleidung, Schreibzeug

Termin: wöchentlich, 3 mal
M25009 Montag, 27.09.2010, 19.00 - 22.00 Uhr

P25010 Montag, 24.01.2011, 19.00 - 22.00 Uhr
Leitung: Dorothea Jöllenbeck, Autorin, Bewegungspädagogin

Gebühr: 35,00 €

Adé und weg!

Verabschieden Sie das Gerümpel aus Ihrer Wohnung. Gerümpel - was ist das eigentlich? Und wie werden wir es wieder los? Dieser Vortrag stellt den Zusammenhang zwischen unserem Leben und dem Gerümpel in unseren Räumen dar. Praktische Tipps, Ideen und Vorgehensweisen werden hier vorgestellt.

Termin: Einzelveranstaltung
M25014 Montag, 06.09.2010, 20.00 - 21.30 Uhr

Leitung: Sabine Meyer, Feng Shui Beraterin, Psych. Beraterin und Märchenerzählerin

Gebühr: 11,00 €

Märchenweisheit - Was Märchen uns erzählen! Ein Themenabend

Mit ihren klaren Figuren spiegeln uns die Märchen ihr Wissen von Gut und Böse. Ihre Heldinnen und Helden gehen auf die Suche und finden. Sind das Dinge aus alter Zeit? Oder sind auch heute noch Märchen mehr als bloße Unterhaltung? - Fragen, auf die wir an diesem Abend gemeinsam eine Antwort finden wollen.

Termin: Einzelveranstaltung
M25015 Donnerstag, 28.10.2010, 20.00 - 21.30 Uhr

Leitung: Sabine Meyer, Feng Shui Beraterin, Psych. Beraterin und Märchenerzählerin

Gebühr: 11,00 €

Kunst und Natur in der Stadt

Selbst an viel befahrenen Straßen und zwischen den Häusern treffen wir auf unsere wunderbare und lebenspendende Natur, und mittendrin: Kunstwerke unserer Osnabrücker Bildhauer. Mit gutem Schuhwerk und bei Bedarf auch Regenbekleidung erleben wir diese schöne Seite Osnabrücks.

Für Erwachsene und Jugendliche
Mitzubringen: Gutes Schuhwerk, Regenbekleidung

Termin: Einzelveranstaltung
M25011 Sonntag, 29.08.2010, 15.00 - 18.00 Uhr

Leitung: Ursula Mädler, zert. Natur- und Landschaftsführerin, Domführerin

Ort: Treffpunkt: Buchsturm

Gebühr: 20,90 €

Von Brunnen zu Brunnen

Wasser, unser lebensspendendes Elixier, dargebracht in wunderschönen Brunnen. Wir wandern von Brunnen zu Brunnen und erleben zwischendurch die spätsommerliche Natur in der Stadt.

Für Erwachsene und Jugendliche

Mitzubringen: Gutes Schuhwerk, evtl. Regenbekleidung

Termin: Einzelveranstaltung
M25012 Sonntag, 05.09.2010, 15.00 - 18.00 Uhr

Leitung: Ursula Mädler, zert. Natur- und Landschaftsführerin, Domführerin

Ort: Treffpunkt: Vitihof

Gebühr: 20,90 €

Wanderung zur Lerchenspornblüte im Freeden

Ein einmaliges Naturschauspiel ist die Lerchenspornblüte im Freeden. Die Hänge des Teutoburger Waldes erblühen im Frühling violett und weiss. Für diese Wanderung ist gutes Schuhwerk mit Profilsohle, evtl. wärmere Bekleidung und bei Bedarf auch Regenbekleidung erforderlich.

Mitzubringen: Gutes Schuhwerk, evtl. Regenbekleidung

Termin: Einzelveranstaltung
P25013 Sonntag, 10.04.2011, 15.00 - 18.00 Uhr

Leitung: Ursula Mädler, zert. Natur- und Landschaftsführerin, Domführerin

Ort: Bad Iburg, Wassertretstelle am Wanderparkplatz Kleiner Freeden

Gebühr: 20,90 €

Englisch für Fortgeschrittene I und II

English is everywhere - Englisch ist überall. Nicht nur am Arbeitsplatz, auch in der Freizeit und nicht zuletzt im alltäglichen Leben schleichen sich immer mehr Wörter englischsprachiger Herkunft ein. Wer kein „outsider“ sein möchte, kann hier seine elementaren Sprachkenntnisse vertiefen und erweitern. Anhand praxisbezogener Themen wie z. B. Wohnungs- bzw. Zimmersuche, Terminabsprachen oder Einkaufsgespräche wird das freie Sprechen weiter trainiert. Durch schriftliche sowie mündliche Rollenspiele werden die erlernten Sprechmuster gefestigt. Zwischendurch wird durch das Lesen von „short stories“ das Leseverstehen gefördert und zugleich werden sprachliche Strukturen anschaulich erarbeitet. Dieser Kurs richtet sich auch an Wiedereinsteiger mit grundlegenden Sprachkenntnissen. Die geringe TeilnehmerInnenzahl ermöglicht ein

individuelles Lernen in einer angenehmen Lernumgebung. Das Lehrbuch wird in der ersten Stunde bekannt gegeben.

Englisch für Fortgeschrittene I

Termin: wöchentlich, 10/12 mal
M25022 Dienstag, 31.08.2010, 11.15 - 12.45 Uhr (12x) (nicht in den Herbstferien)

P25022A Dienstag, 11.01.2011, 11.15 - 12.45 Uhr (12x)

P25022B Dienstag, 05.04.2011, 11.15 - 12.45 Uhr (10x)

Englisch für Fortgeschrittene II

Termin: wöchentlich, 10/12 mal
M25020 Montag, 30.08.2010, 9.30 - 11.00 Uhr (12x) (nicht in den Herbstferien)

P25020A Montag, 10.01.2011, 9.30 - 11.00 Uhr (12x)

P25020B Montag, 04.04.2011, 9.30 - 11.00 Uhr (10x)

M25021 Dienstag, 31.08.2010, 9.30 - 11.00 Uhr (12x) (nicht in den Herbstferien)

P25021A Dienstag, 11.01.2011, 9.30 - 11.00 Uhr (12x)

P25021B Dienstag, 05.04.2011, 9.30 - 11.00 Uhr (10x)

Leitung: Yvonne Mönkediek, Fremdsprachenlehrerin in der Erwachsenenbildung

Gebühr: 77,20 € (12x)

64,50 € (10x)

Spanisch für Fortgeschrittene I

Hier können Sie Ihre Sprachkenntnisse erweitern und weiter lernen erfolgreich auf Spanisch zu kommunizieren. In zahlreichen Partner- und Gruppenaktivitäten können Sie die gelernten Inhalte, wie z. B. die Auswahl von Geschenken oder die Vorbereitung von Festen, gleich wieder in wirklichkeitsnahen Situationen anwenden. Zudem lernen Sie über Ereignisse des eigenen Lebens zu berichten oder Situationen in der Vergangenheit zu beschreiben. Neben diesen praxisbezogenen Inhalten werden durch das Lesen von Erfahrungsberichten und Kurzgeschichten das Sprachverstehen gefestigt und das freie Sprechen angeregt. Dieser Kurs richtet sich auch an Wiedereinsteiger mit grundlegenden Sprachkenntnissen. Die geringe TeilnehmerInnenzahl ermöglicht ein individuelles Lernen in einer angenehmen Lernumgebung. Das Lehrbuch wird in der ersten Stunde bekannt gegeben. Hasta luego!

Termin: wöchentlich, 12 mal
M25023 Montag, 30.08.2010, 11.15 - 12.45 Uhr (12x) (nicht in den Herbstferien)

P25023A Montag, 10.01.2011, 11.15 - 12.45 Uhr (12x)

P25023B Montag, 04.04.2011, 11.15 - 12.45 Uhr (10x)

Leitung: Yvonne Mönkediek, Fremdsprachenlehrerin in der Erwachsenenbildung

Gebühr: 77,20 € (12x)

64,50 € (10x)

Grundkurs Englisch

In diesem Kurs erlernen Sie die Grundlagen der englischen Sprache, um alltagsbezogene Dialoge führen zu können. Durch „learning by doing“ werden in Form

von kleinen Rollenspielen Situationen z.B. im Restaurant oder im Geschäft nachgestellt. Dabei erwerben Sie die sprachlichen Mittel, um Ihre Wünsche zu äußern und die Reaktionen Ihres Gesprächspartners entsprechend zu deuten. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, jedoch der Mut zum „freien“ Sprechen! Wegen der geringen TeilnehmerInnenanzahl wird individuelles Lernen ermöglicht. See you!

Termin: wöchentlich 10 mal
M25024 Donnerstag, 09.09.2010, 18.00 - 19.30 Uhr
 (nicht in den Herbstferien)

Leitung: Yvonne Mönkediek, Fremdsprachenlehrerin in der Erwachsenenbildung

Gebühr: 65,70 €

Grundkurs Spanisch

In diesem Kurs werden die Grundlagen der spanischen Sprache vermittelt, um Kontakt knüpfen und auf einfache Weise seine Wünsche äußern zu können, z.B. im Restaurant, beim Einkauf oder unterwegs. Dabei erleichtern Sprechübungen das Erlernen der Aussprache und das Aneignen des neuen Wortschatzes. Vorkenntnisse werden nicht vorausgesetzt! Die geringe Teilneh-

merInnenanzahl ermöglicht jedem Einzelnen häufiges Sprechen. !Hasta luego!

Termin: wöchentlich 10 mal
M25025 Donnerstag, 09.09.2010, 19.30 - 21.00 Uhr
 (nicht in den Herbstferien)

Leitung: Yvonne Mönkediek, Fremdsprachenlehrerin in der Erwachsenenbildung

Gebühr: 65,70 €

„Merhaba!“ - Türkisch für AnfängerInnen

Ist die Türkei Ihr nächstes Urlaubsziel oder sind Sie bereits in die Türkei verliebt? Oder möchten Sie auch hier in Osnabrück mal ein paar Sätze türkisch sprechen? Wenn sie Interesse und Spaß an der türkischen Sprache haben, ist dies eine gute Gelegenheit, sie etwas näher kennenzulernen.

Termin: wöchentlich, 8 mal
M25026 Mittwoch, 26.10.2011, 19.00 - 20.30 Uhr

Leitung: Sevda Yildirim, Pädagogin, Muttersprachlerin

Gebühr: 45,00 €



**Kommunikationstraining
NLP-Ausbildungen
Persönliches Coaching**

Infoabende
 08.09. - 05.10.2010
 08.01. - 02.03. - 08.06.2011
 18.00 - 20.00 Uhr

Einführungswochenenden
 17./18. September 2010
 18./19. Februar 2011

Practitioner Ausbildung
 Beginn 29./30. Oktober 2010
 Beginn 18./19. März 2011

Master Ausbildung
 Beginn 19./20. November 2010

Kommunikationswerkstatt
 Gut Sutthausen 4
 49082 Osnabrück

Tel.: 0541 / 959 7490
 Web: www.nlp-innovativ.de
 Mail: Info@nlp-innovativ.de

Anerkannte NLP Ausbildungen nach den Richtlinien des Deutscher Verband für Neuro-Linguistisches Programmieren



Gesundes Leben - Fitness für Körper und Seele

Landauf – landab in aller Welt, sich ständig neu die Frage stellt, was ein gesunder Mensch wohl sei. Und stets ertappt man sich dabei, zu suchen nach DER Heilmethode, zu folgen dem, was grad in Mode. Sei es nun Tanz, Bewegung, Ruhen, sei's barfuss oder auch in Schuhen, im Stehen, Sitzen oder Liegen, bei uns können Sie vieles kriegen, was Ihnen auch im Alltag nützt und Sie vor schlimmer Trägheit schützt. Und Eines wird ganz groß geschrieben: ganz wichtig ist's, sich selbst zu lieben.

Vorträge und Schnupperkurse

Reiki – kostenloser Informationsabend

An diesem Abend können Sie sich über Reiki informieren. Es ist eine alte Methode, die Energie des Universums für unsere Gesundheit zu nutzen. Reiki bewirkt eine angenehme und wohltuende Entspannung, aus der heraus inneres Wachstum und Heilung für Körper, Seele und Geist möglich ist.

Termin: Einzelveranstaltung
M35022 Mittwoch, 22.09.2010, 19.00 - 20.30 Uhr
 Leitung: Elmar Woelm, Heilpraktiker (Psychotherapie), Hypnotherapeut/Coach

Die entsprechenden Kurse zu diesem Thema finden Sie auf S. 58 f.

Was ist Kinesiologie?

Kinesiologie ist eine hilfreiche Methode unseren Alltag zu erleichtern und mehr Lebensfreude zu gewinnen. Das Werkzeug der Kinesiologie ist der Muskeltest. Mit ihm werden Energieblockaden im Körper aufgespürt.

Termin: Einzelveranstaltung
M35001 Dienstag, 17.08.2010, 19.30 - 22.00 Uhr
P35002 Mittwoch, 19.01.2011, 19.30 - 22.00 Uhr
 Leitung: Bärbel Engelage, Kinesiologin
 Gebühr: 8,50 €

Kurse zu diesem Thema finden Sie auf S. 62 f.

Vorbeugen und heilen - Anti-Krebs-Kost Tag für Tag

Kalt gepresstes Öl zum Weißkrautsalat, eine Prise Kurkuma, eine Handvoll Beeren oder Schokopralinen zum Dessert. Als Getränk Granatapfelsaft, grüner Tee oder ein Schluck Rotwein. Einfach und köstlich. Wir sind einer Krankheit nicht hilflos ausgeliefert, sondern können ihr Paroli bieten. Eine wohl durchdachte Ernährung kann zielgerichtet den Krebs bekämpfen. Die Strategien einer

unverfälschten Natur sind vielfältig und wirkungsvoll. Das Ziel heißt: Gesundheit fördern und dem Krebs keine Chance geben.

Termin: Einzelveranstaltung
M35003 Mittwoch, 01.09.2010, 19.30 - 21.30 Uhr
 Leitung: Dr. Bärbel Rudolph, Referentin für Gesundheitsförderung
 Gebühr: 9,00 €

Schmerzfrei – Schmerztherapie nach Liebscher & Bracht

Diese Schmerztherapie revolutioniert die herkömmlichen Vorgehensweisen und beweist: Schmerzen können meistens wirksam ursächlich therapiert werden - ohne Medikamente, Spritzen oder Operationen. Für Menschen mit akuten und chronischen Schmerzzuständen des Bewegungsapparates und Interessierte an einer anderen Therapie.

Termin: Einzelveranstaltung
M35004 Dienstag, 07.09.2010, 19.30 - 21.00 Uhr
 Leitung: Frank Wulfekammer, metabolic balance Kochkursleiter, Heilpraktiker
 Gebühr: 6,50 €

metabolic balance® für Diabetiker

Durch Ernährungsumstellung zu mehr Lebensqualität Mit dem einzigartigen Stoffwechselprogramm metabolic balance® können auch Diabetiker aktiv ihr Wohlbefinden und ihre Lebensqualität steigern. Das feine aufeinander abgestimmte Wechselspiel zwischen Blutzucker und Insulin gelangt mit dieser einfachen Ernährungsumstellung wieder in gesündere Bahnen, und die Selbstheilungskräfte des Körpers können aktiviert werden. Für Diabetiker und für alle die ihren Stoffwechsel in Schwung bringen möchten.

Termin: Einzelveranstaltung
M35005 Dienstag, 21.09.2010, 19.30 - 21.00 Uhr
 Leitung: Frank Wulfekammer, metabolic balance Kochkursleiter, Heilpraktiker
 Gebühr: 6,50 €

Weitere Kurse zu diesem Thema finden Sie auf S. 68