

Naturheilkundetage in der Dübener Heide

kostenfreier
Eintritt

Vorträge • Schnupperangebote • Ausstellung • Verkostung

am **5.11.2011**, 10–19 Uhr

Bürgerhaus Eilenburg, Franz-Mehring-Straße 23, 04838 Eilenburg

Sonderthema: Gesunder Schlaf

Aktivieren Sie die Selbstheilungskräfte ihres Körpers mit natürlichen Methoden! Naturheilkunde betrachtet Körper, Geist und Seele als Einheit. Sie ist richtig angewandt risikolos und zudem preiswert.

Wir zeigen Ihnen Möglichkeiten zur körperlichen und geistigen Gesundheitsvorsorge und was Sie selbst dafür tun können: für einen gesunden Schlaf, für die richtige Ernährung, für das Loslassen von Stress und Hektik, für die Unterstützung von Heilungsprozessen.

Der nächste Naturheilkundetag:

Luther-Hotel, Neustraße 7, 06886 Lutherstadt Wittenberg

Sonderthema:

Vital in den Frühling, Heilende Hände



Sie finden in der Ausstellung und in den Vorträgen u.a. auch diese Themen:

- **Kneipp-Medizin und Homöopathie** – Anwendungsmöglichkeiten
- **Heilende Pflanzen** – Kräuterprodukte, Tees, Hautpflegemittel
- **Gesunde Ernährung** – Beratung, Naturkost, Kursangebote
- **Lebensbalance** – Yoga, Entspannung, Massagen
- **Heilende Hände** – Physiotherapien, Reiki, Shiatsu
- **Kur- und Gesundheitsreisen** – Reha-Sport, Fastenwandern, Kur

Fachvorträge in Seminarräumen:

Das genaue Seminarprogramm erhalten Sie auf der Veranstaltung oder können Sie vorab über die Mail info@naturpark-duebener-heide.com abfordern.

Impressum: Regionalmanagement Naturpark Dübener Heide, LEADER-Aktionsgruppe Dübener Heide (Sachsen-Anhalt), ILE-Aktionsgruppe Dübener Heide (Sachsen), Neuhofstraße 3a, 04849 Bad Dübener Heide, Tel.: 034243 / 342007, www.Regionalentwicklung-dh.de, E-Mail: regionalentwicklung@naturpark-duebener-heide.com · Änderungen vorbehalten

Herstellung: Verlagshaus „Heide-Druck“, Bad Dübener Heide

Gesundheit natürlich stärken!

Naturheil-
kundetage in der
Dübener Heide

05.11.11, 10–19 Uhr
Bürgerhaus Eilenburg

03.03.12, 10–19 Uhr
Luther-Hotel, Lutherstadt
Wittenberg

Naturheilkundliche Bildungsangebote im Naturpark Dübener Heide 2011/2012

Vorträge • Schnupperangebote • Ausstellung • Verkostung



Kneipp
Homöopathie
Heilende Pflanzen
Gesunde Ernährung
Leben im Gleichgewicht
Heilende Hände



www.naturpark-duebener-heide.com

EPLR Entwicklungsprogramm
für den ländlichen Raum
im Freistaat Sachsen
2007–2013



Gefördert durch: EUROPÄISCHE UNION
Europäischer Landwirtschaftsfonds für die Entwicklung
des ländlichen Raums
HIER INVESTIERT EUROPA IN DIE LÄNDLICHEN GEBIETE

Freistaat Sachsen
Staatsministerium für Umwelt und Landwirtschaft



Das Gesundheitsnetzwerk „von Natur aus gesund“ lädt Sie zu Bildungs-, Schnupper- und Übungsveranstaltungen in der ganzen Heide ein. Die Angebote finden in einem sehr persönlich gestalteten Rahmen statt.

Wir freuen uns
auf Sie!

Veranstaltungsort Bad Düben-Schnaditz

Heike Jäckel, Heilpraktikerin, Grünes Haus,
Michael-Kohlhaas-Str. 15, 04849 Bad Düben / OT Schnaditz,
Tel.: 034243 – 72888, E-Mail: heike-jaeckel@arcor.de, www.grueneshaus.eu,
Voranmeldung, 6–8 Personen pro Kurs

Jeden Mittwoch von 19.30 Uhr bis 20.30 Uhr (nicht in den Schulferien)
Platz für positive Gedanken, neue Energien und innere Ruhe.
Mit Hypnose und Meditation in die Entspannung. Preis 9 €/TN

15.12.2011, 20.01.2012, 19.30 – 20.30 Uhr
Infoabend – Fasten: das Wie? Warum? Wann? Und andere Fragen zum Fasten. Preis 5 €/TN

24.11.2011, 17.12.2011, 12.01.2012, 26.01.2012, 19.30 – 21.00 Uhr
Klopfakupressur – Anwendung bei Angst, Beklemmungen, Blockaden. Preis 75 €/TN

22.12.2011, 17.01.2012, 19.30 – 20.30 Uhr
„Sag mal willst du mich nicht verstehen“ – Konflikte in der Familie lösen (gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg), Referent: Ulf Jäckel Mediator, Konfliktberater. Preis 5 €/TN

05.12.2011, 31.01.2012, 19.30 – 20.30 Uhr
Mobbing und Co – Konflikte in der Arbeitswelt ohne Rechtsstreit lösen.
Referent: Ulf Jäckel, Mediator. Preis 5 €/TN

13.12.2011, 20.03.2012, 19.30 – 20.30 Uhr
Scheidungskrieg und Nachbarschaftsstreit – außergerichtliche Lösungen bringen mehr.
Referent: Ulf Jäckel, Mediator. Preis 5 €/TN

Veranstaltungsort Schönwölkau

Christina Barofke, Pferdefreunde Gut Göritz e.V.,
04509 Schönwölkau / OT Göritz, Tel.: 0172 – 66 999 63,
E-Mail: christina.barofke@gut-goeritz.de,
www.gut-goeritz.de, Voranmeldung erforderlich

29.10.2011, 10.03.2012, 13.00 – 17.00 Uhr
Rückenschmerzen ade – mit Reiten als Gesundheitssport (RGS). Preis 60 €/TN

12.11.2011, 13.00 – 17.00 Uhr
Fit & gesund – mit Reiten als Gesundheitssport – Steigerung der individuellen Fitness
(für Nichtreiter und Reiterfahrene). Preis 60 €/TN

03.12.2011, 13.00 – 17.00 Uhr
Blockaden lösen – mit Reiten als Gesundheitssport (für Nichtreiter u. Reiterfahrene). Preis 60 €/TN

28.01.2012, 13.00 – 17.00 Uhr
Fit & gesund im Alter – mit Reiten als Gesundheitssport (für Nichtreiter u. Reiterfahrene). Preis 60 €/TN

11.02.2012, 13.00 – 17.00 Uhr
Nur für Kinder und Jugendliche – Fit & gesund mit Reiten als Gesundheitssport,
(für Nichtreiter und Reiterfahrene). Preis 60 €/TN

Veranstaltungsort Eilenburg

Christine Lehmann, verschränkte Photonentherapie,
Mühlstr. 2, 04838 Eilenburg, Tel. 03423 – 606232,
E-Mail: bailey65@gmx.net,
Voranmeldung, Unkostenbeitrag jeweils 5 €

05.10.2011, 20.10.2011, 18.00 – 20.00 Uhr
Kennen Sie das auch – Schlafstörungen? Wege zum gesunden Schlaf, Referentin: Christine Lehmann

11.10.2011, 25.10.2011 18.00 – 20.00 Uhr
Möchten Sie jünger aussehen? Faltenbehandlung auf natürliche Weise, Referentin: Marion Hädrich

13.10.2011, 17.30 Uhr
Gesunde Ernährung für Kinder – schmackhaft und gesund, Referentin: Sylvia Zimmermann

17.10.2011, 18.00 Uhr
Besser leben durch gezielte Bewegung – Feldenkrais, Referentin: Angela Müller

27.10.2011, 18.30 Uhr
Mit Vitalstoffen Gesundheit tanken, Referent: Lothar Schlimper

12.11.2011, 10.00 – 16.00 Uhr
Gesundheitsberatungstag für jedermann mit den o.g. Referent/innen

Veranstaltungsort Muldestausee-Schlaitz

Gabi Schumann, Kräuterhof Sommerwiese,
Am Teichgarten 4, 06774 Schlaitz, Tel.: 034955 – 20440,
E-Mail: sommerwiese2003@t-online.de,
www.gabis-sommerwiese.de

14.10.2011 und 28.10.2011, je 15.00 Uhr
Halloween: Kürbisvielfalt + Rezepte – Kürbisarten werden vorgestellt, tolle Gerichte aus Kürbisse, mit Voranmeldung, Preis p.P. 10 €

16.10.2011, 10.00 – 18.00 Uhr
Herbstzeit – Pflanzzeit: Pflanzung und Pflege von Heil- und Gewürzkräutern,
500 Heil- und Kräuterpflanzen: Information, Beratung, Verkauf, Eintritt frei

Veranstaltungsort Kemberg-Gommlö

Dorle Nebelung, Petra Cechol, Naturheilhof in Gommlö,
Bauernhof-Caffee, Gommlöer Str. 1, 06901 Kemberg OT Gommlö,
Tel.: 034921 – 60085/87,
E-Mail: naturheilhof@gmx.de, Voranmeldung

06.10.2011, 11.30 – 14.00 Uhr
Vitalstoffparty für die Füße, Preis 19,90 €/TN

10.11.2011, 18.30 – 20.30 Uhr
Gesundheitskiller? Elektrosmog, Erdstrahlen, ... Referentin: Dorle Nebelung, Preis 7,50 €/TN

01.12.2011, 17.00 – 20.00 Uhr
Vollwertbäckerei zur Weihnachtszeit, Referentin: Petra Cechol, Preis 15 €/TN, inkl. Materialien

07.01.2012, 04.02.2012, 10.00 – 17.00 Uhr
Ganzheitlicher Winter-Wohlfühltag zum Entspannen und Verwöhnen, (Winterwanderung,
vitalreiche Ernährung, Meditation, Kräuterfußbad) Tageskurs 60 €/TN

17.03.2012, 10.00 – 17.00 Uhr
Frühling! Entgiften-Entschlacken-Entsäuern, Tageskurs 60 €/TN

Veranstaltungsort Torgau

Feldenkrais-Praxis Angela Müller,
Nonnenstr.5, 04860 Torgau, Tel. 03421 – 708058,
E-Mail: feldenkraistorgau@yahoo.de, www.feldenkraistorgau.de,
jeweils Voranmeldung erforderlich

28.10.2011, 18.30 – 21.00 Uhr; 29.10.2011, 10.00 – 17.00 Uhr
Feldenkrais-Workshop: Bewegliches Becken, Preis 80 €/TN, inkl. Obst + Getränke

18.11.2011, 18.30 – 21.00 Uhr, 19.11.2011, 10.00 – 17.00 Uhr
Ich sehe was, was Du nicht siehst! – Sehgewohnheiten erkennen und durch Sehtraining verändern. Preis 80 €/TN, inkl. Obst + Getränke

(I) 28.01.2012, 10.00 – 16.00 Uhr; (II) 24.03.2012, 10.00 – 16.00 Uhr
Der fließende Atem I und II – Atemübungen und Feldenkrais, Preis 60 €/TN

10.02.2012, 18.30 – 21.00 Uhr und 11.02.2012, 10.00 – 17.00 Uhr
Feldenkrais-Workshop: Entspanntes Gehen, Preis 80 €/TN

08.11.2011, 18.00 – 19.30 Uhr
Weiterbildung für Hebammen – Schwangerschaftsbeschwerden lindern mit Feldenkrais