**Natürlich gesund - Vorträge, Workshops, Schnupperbehandlungen,**

**Sonntag, 29. September 2013 von 11.00- 18.00 Uhr** Stand 19.4.13

|  |  |
| --- | --- |
| **Angebote** | **Anbieterinnen** |
| 11.00 – 18.00 Uhr  Raum 3  **Schnack und Snack –**  **Treffpunkt mit kleinen Speisen und Getränken** |  |
| 12.00-14.00 Uhr  Raum 1, EG  Schnupperbehandlung  Stefanie Dreller  **Aku-Pause**  20 - minütige Shiatsu-Schnuppermassagen auf dem Shiatsu-Stuhl  Gebühr: 10.-€ | Stefanie Dreller  Shiatsu-Therapeutin, Heilpädagogin  Praxisgemeinschaft im Küchenhaus  Königstraßenpassage 2  23701 Eutin  www.shiatsu-eutin.de  E-Mail: stefaniedreller@gmx.de  Tel.:0173-3751085 |
| 12.00-14.00 Uhr  Raum 2, EG  Workshop  Iris Langbehn  **Shiatsu bei Schulter-Nacken-Verspannungen**  Nach einem theoretischen Einblick in die Thematik werden hilfreiche Kurzübungen für den Alltag gezeigt, um dann eine Behandlungssequenz vorzustellen und gegenseitig auszuprobieren.  Gebühr: 5.-€  Anmeldung bei Iris Langbehn | Iris Langbehn  Shiatsu-Körpertherapeutin, Dipl. Sportwissenschaftlerin  Praxisgemeinschaft im Küchenhaus  Königstraßenpassage 2  23701 Eutin  www.shiatsu-eutin.de  E-Mail: [iris.langbehn@web.de](mailto:iris.langbehn@web.de)  Tel.:0160-96751101 |
| 12.00-15.00 Uhr  Raum 6, 1.OG  Schnupperbehandlung  Ute Harder  **Fußreflexzonenmassage**  Gebühr: 20 Min. 5.-€  Anmeldung bei Ute Harder | Ute Harder  Heilpraktikerin  Naturheilpraxis Ute Harder  Lindenstr. 16  23684 Pönitz  E-Mail: [hp.ute.harder@t-online.de](mailto:hp.ute.harder@t-online.de)  04524 7052044 |
| 12.00-13.00 Uhr  Raum 9, 1.OG  Vortrag mit praktischer Übung  Ute Jelinek  **Soulwork – Löse Dich aus alten Mustern, entdecke Deine Kraft!**  Soulwork ist eine sehr effektive energetische Methode, um Körperspeicherungen auf Zellebene zu entladen. Die Energie, die im Alten gebunden war, steht dann wieder als Kraft zur Verfügung.  13.00-15.00Uhr **Einzeltermine**  Gebühr: 20 Min. 5.-€  Anmeldung bei Ute Jelinek bis 28.9.13 | Ute Jelinek  Ganzheitliche Gesundheitsberatung  Quelle der Balance  Hindenburgstr. 15  23611 Bad Schwartau  [www.utejelinek.de](http://www.utejelinek.de)  E-Mail: utejelinek@web.de  Tel.: 0451 88197979 |
| 12.00-13.00Uhr  Raum 8, 1.OG  Vortrag mit Übungen  Traudel Kröling  **Depressionen, Angststörungen,**  **Suchterkrankungen – Lösungen finden mit Psycho-Kinesiologie und Hypnosetherapie**  Psychotherapie ist oft mit Vorurteilen belastet. Mit Informationen und Übungen will dieser Vortrag neugierig machen und Berührungsängste abbauen. | Traudel Kröling  Heilpraktikerin  Praxis für Naturheilkunde und Psychosomatik  Freischützstr. 2  23701 Eutin  [www.heilpraktiker-eutin.de](http://www.heilpraktiker-eutin.de)  E-Mail: email@heilpraktiker-eutin.de  Tel.:04521 7620400 |
| 12.00-12.15 Uhr Vortrag  12.15-14.00 Uhr Workshop  Raum 7, 1.OG  Sigrid Wassermeyer  **Neurosystemische Aufstellung**  Nach einer kurzen Einführung zu neurosystemischen Aufstellungen besteht die Möglichkeit, im Rahmen eines Workshops in der Gruppe eine Aufstellung zu erleben.  Gebühr: 10.-€  Anmeldung bis 28.9.2013 bei Sigrid Wassermeyer | Sigrid Wassermeyer  Dipl.Sozialpädagogin, Familientherapeutin  Praxis für systemisches Coaching, Einzel-,Paar-u. Familientherapie, Mediation  Stockelsdorfer Weg 2  23611 Bad Schwartau  [www.sigrid-wassermeyer.de](http://www.sigrid-wassermeyer.de)  E-Mail: [info@sigrid-wassermeyer.de](mailto:info@sigrid-wassermeyer.de)  Tel.:0451 2961 795 |
| 13.00-14.00 Uhr  Raum 8, 1.OG  Vortrag  Traudel Kröling  **Ganzheitliche Gewichtreduktion- Bekommen Sie Ihr Fett weg mit Hypnosetherapie, Ohrakupunktur und der Lipo-weg-Kur**  Das Zusammenwirken von Körper, Geist und Seele ist der Schlüssel zu einer echten Problemlösung bei der Gewichtreduktion. | Traudel Kröling  Heilpraktikerin  Praxis für Naturheilkunde und Psychosomatik  Freischützstr. 2  23701 Eutin  [www.heilpraktiker-eutin.de](http://www.heilpraktiker-eutin.de)  E-Mail: email@heilpraktiker-eutin.de  Tel.:04521 7620400 |
| 14.15-16.15 Uhr  Raum 8, 1. OG  Sigrid Wassermeyer  **Speedcoaching**  Ein systemisches Kurzcoaching nach neuesten  neurowissenschaftlichen Erkenntnissen. Mit einem mitgebrachten Thema gehen Sie durch den Coaching-Prozess.  Gebühr: 20 Min. 5.-€  Anmeldung bis 28.9.2013 bei Sigrid Wassermeyer | Sigrid Wassermeyer  Dipl.Sozialpädagogin, Familientherapeutin  Praxis für systemisches Coaching, Einzel-,Paar-u. Familientherapie, Mediation  Stockelsdorfer Weg 2  23611 Bad Schwartau  [www.sigrid-wassermeyer.de](http://www.sigrid-wassermeyer.de)  E-Mail: [info@sigrid-wassermeyer.de](mailto:info@sigrid-wassermeyer.de)  Tel.:0451 2961 795 |
| 15.00-16.30 Uhr  Raum 9, 1.OG  Workshop  Anke Schauf  **Shiatsu- und Akupressur im Sitzen**  Verspannungen im Schulter- und Rückenbereich lösen. Tipps, Übungen und Akupressurpunkte für das Wohlbefinden.  Gebühr: 10.-€  Anmeldung bei Anke Schauf | Anke Schauf  Shiatsulehrerin, Erzieherin  Shiatsuschule für Frauen  Dorfstr. 36,  24220 Böhnhusen  [www.shiatsuschule-fuer-frauen.de](http://www.shiatsuschule-fuer-frauen.de)  E-Mail: [AnkeSchauf@freenet.de](mailto:AnkeSchauf@freenet.de)  Tel.:04347 8216 |
| 15.00-17.00 Uhr  Raum 2  Workshop  Stefanie Dreller  **Partner-Shiatsu**  Eine entspannte Rückenbehandlung geben und auch bekommen. Die Behandlung wird mit einfachen Techniken angeleitet und soll gegenseitig ausprobiert werden.  Gebühr: 5.-€  Anmeldung bei Stefanie Dreller | Stefanie Dreller  Shiatsu-Therapeutin, Heilpädagogin  Praxisgemeinschaft im Küchenhaus  Königstraßenpassage 2  23701 Eutin  www.shiatsu-eutin.de  E-Mail: stefaniedreller@gmx.de  Tel.:0173-3751085 |
| 15.00-17.00 Uhr  Raum 1, EG  Schnupperbehandlung  Iris Langbehn  **Aku-Pause**  20 - minütige Shiatsu-Schnuppermassagen auf dem Shiatsu-Stuhl  Gebühr: 10.-€ | Iris Langbehn  Shiatsu-Körpertherapeutin, Dipl. Sportwissenschaftlerin  Praxisgemeinschaft im Küchenhaus  Königstraßenpassage 2  23701 Eutin  www.shiatsu-eutin.de  E-Mail: [iris.langbehn@web.de](mailto:iris.langbehn@web.de)  Tel.:0160-96751101 |
| 15.00-17.00 Uhr  Raum 7, 1.OG  Schnupperkurs u. Präsentation  Das Ökohaus in Eutin  **Richtig und gesund sitzen auf Bewegungsstühlen und Meditationskissen**  Die Wirbelsäule entlasten – den Rücken stärken: Erläuterung theoretischer Grundlagen und Praxisanleitung für entspanntes, aufrechtes und rückenschonendes Sitzen | Das Ökohaus in Eutin  Naturbaustoffe, Energieberatung, Wohndesign  Cornelia Frerichs, Katja Helmbrecht  Lübecker Str. 20  23701 Eutin  [www.naturbaustoffe-sh.de](http://www.naturbaustoffe-sh.de)  E-Mail: info@naturbaustoffe-sh.de  <Tel:04521> 830909 |
| 16.30-17.00 Uhr  Raum 5, EG  Vortrag  Ute Harder  **Die Herbstkur – Natürliche Maßnahmen für den Übergang in die kalte Jahreszeit** | Ute Harder  Heilpraktikerin  Naturheilpraxis Ute Harder  Lindenstr. 16  23684 Pönitz  E-Mail: [hp.ute.harder@t-online.de](mailto:hp.ute.harder@t-online.de)  04524 7052044 |
| 17.30-18.30 Uhr  Führung  Treffpunkt : Eutin, an der Brücke vorm Eingang zum Schlosshof  Iris Bein  **Wildkräuterführung: Die grüne Kraft**  Heimische Wildkräuter bieten in der Küche eine interessante, genussvolle Abwechslung. Die Heilkraft vieler Pflanzen gilt heute als unbestritten. Spurensuche nach heilenden und essbaren Pflanzen im schönen Eutiner Schlosspark.  Gebühr: 6.-€  Anmeldung bei Iris Bein | Iris Bein  Zertifizierte Naturführerin, Phytotherapeutin  Wildkräuterexpeditionen  www.kräuterführungen-ostholstein.de  Bein.Iris@t-online.de  Tel.: 0160-95216405 |

Veranstaltungsort: Volkshochschule Eutin, Plöner Str. 19, 23701 Eutin

Organisation: Gleichstellungsstelle des Kreises Ostholstein, Kreis Ostholstein, Lübecker Str. 41, 23701 Eutin, Tel.: 04521/788445, Christine Ewers, in Zusammenarbeit mit der Volkshochschule Eutin