

FUSSBEFINDEN



NEWS von Ruth Lang Gesundheitspraxis im Hotel Schwanen Felben-Wellhausen

Die Gesundheitspraxis in Felben-Wellhausen



VORWORT

Von Ruth Lang

Liebe Leserin, lieber Leser

GEWALTFREIE KOMMUNIKATION

Ich glaube, dass die Freude am einfühlsamen Geben und Nehmen unserem natürlichen Wesen entspricht und beschäftigt mich deshalb schon viele Jahre meines Lebens mit folgenden beiden Fragen: Was genau geschieht, wenn wir die Verbindung zu unserer einfühlsamen Natur verlieren und uns schliesslich gewalttätig und ausbeuterisch verhalten?

Und umgekehrt: Was macht es manchen Menschen möglich, selbst unter unglücklichsten und absolut schwierigen Bedingungen mit ihrem einfühlsamen Wesen in Kontakt zu bleiben?

Diese beiden Fragen finde ich elementar und möchte in dieser Ausgabe gerne etwas ausführlicher darauf eingehen.

Fortsetzung auf Seite 2



Gewaltfreie Kommunikation beginnt beim einzelnen Menschen und ist im gesamten Umfeld die Basis für ein glückliches und einfühlsames Zusammenleben.

INHALT

Gewaltfreie Kommunikation – Konflikte friedlich austragen	2	Hotel Schwanen – Die neue Gemütlichkeit	6 – 7	Massagepraxis – Nicole Arnold stellt sich vor	10
Stiftung Thurgauer Tierfreunde – Für Mensch und Tier	3	Impressionen – Das Adventsfenster 2011	8	Voranzeige – Nächste Ausgabe November 2012	11
Photonen-Therapie – Rätselhaftes Leuchten	4 – 5	iD! – Mit Fussbefinden die grenzenlose Kreativität ausgelebt	9	Ferien im Münstertal	12

Gewaltfreie Kommunikation – Konflikte immer friedlich austragen

GEWALTFREIE KOMMUNIKATION ist eine Art des Umgangs miteinander, die den Kommunikationsfluss erleichtert, der im Austausch von Informationen und im friedlichen Lösen von Konflikten notwendig ist. Der Fokus liegt auf Werten und Bedürfnissen, die alle Menschen gemeinsam haben, und wir werden zu einem Sprachgebrauch angeregt, der Wohlwollen verstärkt. Ein Sprachgebrauch, der zu Ablehnung oder Abwertung führt, wird vermieden.

Gewaltfreie Kommunikation geht davon aus, dass der befriedigendste Grund zu handeln darin liegt, das Leben zu bereichern und nicht aus Angst, Schuld, oder Scham etwas zu tun. Besondere Bedeutung kommen der Übernahme von Verantwortung für getroffene Entscheidungen



gen sowie der Verbesserung der Beziehungsqualität als vorrangiges Ziel.

Durch die gewaltfreie Kommunikation werden Sie verstehen dass:

- alles was ein Mensch jemals tut, ein Versuch ist, Bedürfnisse zu erfüllen
- es für alle Beteiligten förderlich ist, Bedürfnisse durch Kooperation statt durch Konkurrenz zu erfüllen
- es Menschen von ihrer Natur her Freude bereitet, zum Wohlergehen anderer beizutragen, wenn sie das freiwillig tun können

DAS HERZ GEWALTFREIER KOMMUNIKATION In meiner Kindheit bin ich mit den eingangs gestellten Fragen ständig konfrontiert worden. Vor allem als man immer von anderen Mitschülern gehänselt wurde. Seit jener Zeit 1960 widme ich mich der Erforschung der beiden besagten Fragen. Was gibt uns die Kraft, die Verbindung zu unserer einfühlsamen Natur selbst unter schwierigsten Bedingungen aufrecht zu erhalten?

Ich denke an Menschen wie Etty Hillesum, die sich ihr Einfühlungsvermögen sogar erhielt, als sie den unbeschreiblichen Bedingungen eines deutschen Konzentrationslager ausgesetzt war. So schrieb sie damals in ihr Tagebuch (siehe unten).

Ein Beitrag von Ruth Lang

IMPRESSUM

HERAUSGEBER

Gesundheitspraxis Ruth Lang
Hotel Schwanen, Weinfelderstrasse 14
8552 Felben-Wellhausen

REDAKTIONSTEAM

Lang Ruth & Fink Claudia

BILDER

Ruth Lang

GESTALTUNG / PRODUKTION

iD visuelle Kommunikation GmbH
Repro Design GmbH
Zürcherstrasse 286
8500 Frauenfeld

ERSCHEINUNGSDATEN

April & November, 2 x jährlich

INSERATEPREISE

Einzelseite Fr. 150.00
Doppelseite Fr. 300.00
Klein-Inserat Fr. 80.00

AUSSCHNITT TAGEBUCH ETTY HILLESUM

Mir kann man nicht so leicht Angst machen. Nicht weil ich tapfer wäre, sondern weil ich weiss, dass ich es mit menschlichen Wesen zu tun habe und dass ich so intensiv wie nur möglich versuchen muss, alles was es jemals tut zu verstehen.

Und darum ging es genau heute Morgen.

Es war nicht wichtig, dass ich von einem missmutigen Gestapooffizier angeschrien wurde, sondern dass ich darüber keine Entrüstung empfand und statt dessen echtes Mitgefühl mit ihm hatte. Ich hätte in gerne gefragt: «Hatten Sie eine sehr unglückliche Kindheit, hat Ihre Freundin Sie im Stich gelassen?»

Ja, er sah mitgenommen und angespannt aus, finster und dünnhäutig. Am liebsten hätte ich ihn gleich in psychologische Behandlung genommen, denn ich weiss, dass solche bedauernswerte jungen Männer gefährlich werden, wenn man sie auf die Menschheit loslässt.

Etty Hillesum (15. Januar 1914 in Middelburg – 30. November 1943 im KZ Auschwitz-Birkenau)

Stiftung Thurgauer Tierfreunde – Für Mensch und Tier



GRÜNDUNG DER STIFTUNG Am 27.11.1996 gründeten Dagmar Senn und Kurt F. Sieber die Stiftung Thurgauer Tierfreunde.

Wir wollen finanzschwachen Menschen helfen, damit das Tier bei der Halterin resp. beim Halter verbleiben kann. In der globalisierten Welt gibt es auch in der Schweiz viele Menschen, denen es nicht so gut geht und die über sehr wenig finanzielle Mittel verfügen.

Wir haben auch schon Mitmenschen aus der stationären psychiatrischen Behandlung in die ambulante psychiatrische Betreuung holen können, indem wir, auf anraten des Arztes, ein Tier finanziert haben. Diese Kosten übernimmt keine Institution, da muss die Stiftung einspringen.

Die Unterstützungsgesuche werden seriös und umfangreich abgeklärt, bevor wir eine Unterstützung gutheissen. Wir bezahlen nur Rechnungen und geben den Hilfe suchenden Menschen kein Geld zur direkten Verfügung.

In diesen gut 15 Jahren haben wir total Fr. 2573.45, also Fr. 171.55 pro Jahr, für die Verwaltungskosten ausgegeben. Das beweist eindrücklich, dass in unserer Stiftung die finanziellen Mittel zugunsten des Stiftungszweckes ausgegeben werden und nicht in der Verwaltung verschwindet.

Wir haben für Unterstützung in dieser Zeit Fr. 122 138.75 ausgegeben und haben bereits vielen Menschen und Tieren helfen dürfen.

Es wenden sich immer mehr ratlose und verzweifelte Menschen an unsere Stiftung, die dringend Hilfe benötigen, da sie für das Futter ihrer Tiere nicht aufkommen können. Oder wenn das Tier zum Tierarzt muss und diese Kosten die finanziellen Möglichkeiten massiv überschreiten. Selbstverständlich streben wir auch eine Mitbeteiligung der Hilfesuchenden an den Kosten an. Wir geben auch Darlehen, die die Hilfesuchenden dann monatlich wieder abzahlen.

In diesen gut 15 Jahren haben wir viele tragische Schicksale miterleben können, und dank unserer Hilfe geht es den Menschen und ihren Tieren wieder viel besser.

Unser Motto lautet: *«Wir sind nicht nur verantwortlich für das, was wir tun, sondern auch für das, was wir nicht tun.»*

(Jean Baptiste Molière)

Unser Leitspruch lautet wie folgt:

*Solange Menschen denken,
dass Tiere nicht fühlen,
solange müssen Tiere fühlen,
dass Menschen nicht denken.*

STIFTUNG THURGAUER TIERFREUNDE

Wellhauserweg 29, Postfach 926

8501 Frauenfeld

www.tierfreunde.ch

Postkonto: 85-66666-6

IBAN: CH65 0900 0000 8506 6666 6

DIESMAL MIT FOLGENDEN HIGHLIGHTS

Biophotonen-
Therapie
mit Liliane Käser

SEITEN 4 – 5

Hotel Schwanen –
Neue Gemütlich-
keit ist ein Genuss

SEITEN 6 – 7

iD! – Grenzenlose
Kreativität

SEITE 9

Photonen-Therapie – Das rätselhafte Leuchten allen Lebens

NACH MEHREREN REGENTAGEN oder während der «dunklen» Herbst- und Wintermonate spüren wir es alle am eigenen Leib: Unsere Stimmung und unser Wohlbefinden hängen entscheidend vom Licht ab. Während die Sonnentage im Sommer bis zu 17 Stunden zählen, scheint die Sonne im Januar durchschnittlich noch sieben Stunden lang. Kein Wunder also, dass sich viele Menschen Richtung (Frühjahrs-) Müdigkeit bewegen. Konzentrations- und Antriebsschwäche oder depressive Verstimmungen nehmen erheblich zu. Die Abwehrkräfte sinken, das Risiko für Krankheiten steigt.

Ohne dass wir es bewusst merken, hat natürliches Sonnenlicht einen grossen Einfluss auf unseren Organismus. Es steuert nicht nur den Schlaf- und Wachrhythmus, sondern aktiviert auch das Hor-

monsystem, reguliert Stoffwechsel und Blutdruck und regt die Entgiftungsfunktionen an.

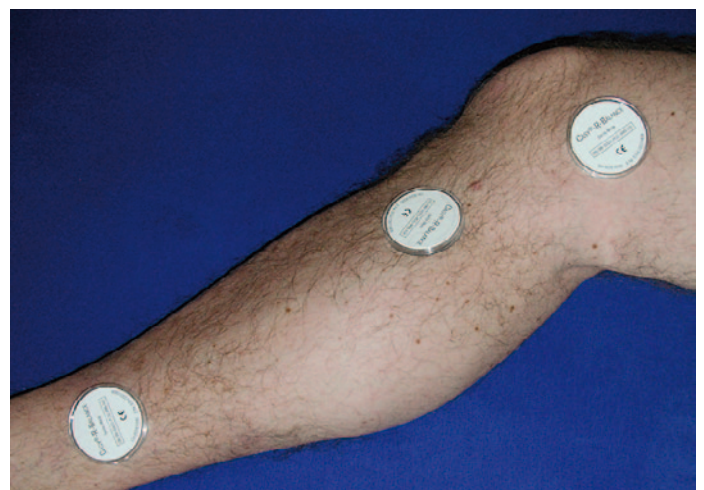
Schlimm ist: Unsere moderne Lebensweise verstärkt den winterlichen Lichtmangel noch erheblich. Wir verbringen nur noch 10 Prozent unserer wachen Zeit im Freien unter der Sonne. Damit das Sonnenlicht unsere Körperprozesse regulieren kann, sind jedoch mindestens zwei bis drei Stunden (pro Tag) im Freien nötig.

WAS IST DAS NUN FÜR EIN LICHT IN UNSEREN ZELLEN?

Die erste Entdeckung eines schwachen UV-Lichtes in unseren Zellen machte bereits 1923 (!) der Embryologe Alexander Gurwitsch. Für diese wissenschaftliche

Arbeit fehlte ihm nur 1 Stimme des Gremiums für den Nobelpreis. Erst 1970 verfolgte Dr. Fritz-Albert Popp diese Arbeit weiter und konnte diese Theorie bestätigen.

Stellen Sie sich vor, in jeder Sekunde finden mehr als 100 000 chemische Reaktionen in unseren Zellen statt und wir besitzen Billionen solcher Zellen. Nur ein System das mit Lichtgeschwindigkeit arbeitet, ist fähig, die Steuerung so immenser Prozesse zu kontrollieren. In jeder Zelle reagiert das Licht (Photonen) auf die Impulse und gibt sie mit Lichtgeschwindigkeit weiter. Gesunde Zellen bewältigen diese Leistung ganz selbstverständlich. Die gesunde Zelle verbraucht wenig Energie, lädt sich schnell auf und ihr Licht ist gebündelt. Die ungesunde Zelle hingegen, verliert schnell ihre Energie und zerstreut





das Licht wieder, bevor die Zelle «ihre» Aufgabe richtig beendet hat. Der Ablauf im Körper ist fehlerhaft.

Wenn wir jetzt körperliche Auswirkungen dieser fehlerhaften Prozesse einfach mit Medikamenten in Ordnung bringen wollen, müssten wir sie dauerhaft einnehmen und sind nicht einmal sicher, dass es funktioniert. Es ist sicher allen klar, dass Störungen in der Steuerung auch in der Steuerung behoben werden müssen. Glücklicherweise verfügt der Körper über immense Selbstheilungsmechanismen, die viele solcher Situationen wieder in Ordnung bringen. Erst wenn der ganze Organismus in seiner Selbstregulation geschwächt ist, bedarf es Hilfe von aussen. Nehmen wir das Beispiel eines feuchtföhlichen Abends, wir essen zu schwer und trinken zu viel Alkohol. Am anderen Morgen haben wir vielleicht einen Kater, schlechte Laune und sind erschöpft, doch bald geht es uns wieder besser. Wenn wir in der gleichen Situation bereits seit Monaten gestresst sind, am «Anschlag», mit Übergewicht und hohem Blutdruck, droht uns ein Herzinfarkt.

WANN BRAUCHT DER KÖRPER UNTERSTÜTZUNG?

So lange der Körper die Selbstregulation aufrecht erhalten kann, steht der Selbstheilung nichts im Wege.

Sobald dem Körper die nötigen Substanzen nicht mehr genügend zur Verfügung stehen, braucht er Unterstützung.

Bei Mangel von Vitaminen, Eisen, Wasser etc. ist die Therapie einfach, man isst oder trinkt was fehlt. Liegt der Grund für den Mangel aber in der Steuerung z.B. der Magensäfte, nützen uns die besten Lebensmittel nichts, sie werden wieder ausgeschieden. Es braucht Hilfe in der Steuerung.

WIE HELFEN BIOPHOTONEN-FILTER?

Biophotonen-Filter besitzen die ordnenden Kräfte, um unseren Organismus wieder zu organisieren, ihn aufzubauen und mit Lebensenergie zu versorgen.

In der Biophotonen-Therapie wird unser Körper wieder mit Hilfe von Biophotonen-Funktionsfiltern bis in die tiefsten Schichten in Harmonie gebracht (in einen gesunden Regelkreis), damit sich unser Körper wieder frei von Krankheit und Einschränkung selber organisieren kann.

Bevor ein Setting gelegt wird, erfolgt ein ausführliches Gespräch, Anamnese. Anschliessend werden die Beschwerden mit einer Pulsdiagnose verglichen und die Resultate mit der Person besprochen. Wenn mehrere Krankheiten anstehen, wird mit den belastetsten Symptomen begonnen.

Die Biophotonen-Filter werden direkt auf die Haut gelegt und bleiben zwischen 20 und 60 Minuten liegen.

Während dieser Zeit hat der Patient die Möglichkeit bei leiser Musik zu entspannen und zu regenerieren.

BIOPHOTONEN-THERAPIE BIETET AN:

PRAXIS FÜR NATURHEILKUNDE

Liliane Käser
Naturärztin

Neue Adresse ab 1. Mai 2012
Othmarstrasse 10
9500 Wil

071 923 70 50
www.naturheilpraktikerin.ch

Von allen Zusatzversicherern anerkannt.

EINLADUNG ZUR PRAXISEINWEIHUNG

Samstag, 12. Mai 2012
10 bis 18 Uhr

Hotel Schwanen – Gemütlichkeit wirkt überzeugend

NEUE GEMÜTLICHKEIT Von vielen fast unbemerkt, wird das Hotel Schwanen seit dem 15. Dezember 2011 wieder von René Wehrli geführt. Damit geht die Führung des Betriebes wieder an seinen ehemaligen Betreiber und Besitzer zurück.

Eine Analyse der Betriebszahlen machten überdeutlich, dass die Umsätze in den

letzten Jahren leider markant und stetig zurückgegangen sind.

Dies will René Wehrli schnellst möglich ändern, damit der Schwanen wieder seine wichtige Funktion als Treffpunkt für Dorfbevölkerung und Vereine, als Restaurant für Familienanlässe und Bankette und nicht zuletzt als beliebtes und gemüt-

liches Hotel für Touristen und Geschäftsleute zurückerlangt.

Um dieses Ziel zu erreichen, sind nicht nur personelle Veränderungen vorgenommen worden, sondern auch bauliche. Da der Schwanen doch schon etwas in die Jahre gekommen war, wurden Restaurant und Speisesaal bereits einer sanften Reno-



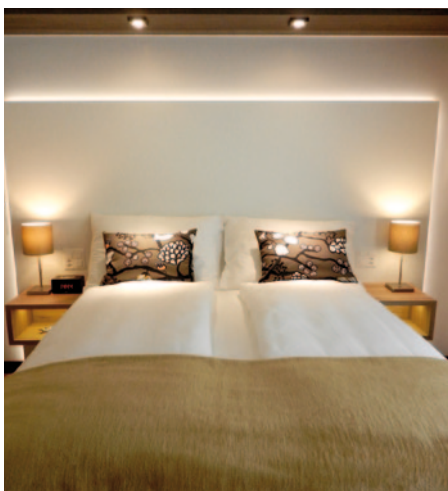


vation unterzogen. Die Planungsarbeiten lagen in den Händen der ortsansässigen bafrag GmbH. Beim Umbau wurde darauf geachtet, die Räume gemütlicher und moderner zu gestalten und dennoch den typischen Schwanen-Charakter beizubehalten. Ein besonderes Augenmerk wurde auf das Farbkonzept und die Lichtführung gelegt, und schliesslich sollte auch

die Funktionalität der einzelnen Räume optimiert werden.

Der Umbau darf als sehr gelungen bezeichnet werden. Die allermeisten Gäste sind sich einig, dass diese schwierige Aufgabe mit Bravour gelöst wurde und dass es im Schwanen wohnlicher und gemütlicher geworden ist.

sollen folgen. René Wehrli ist voller Ideen und scheut weder Mühen noch Kosten, den Schwanen zu neuer Blüte zu bringen. Besonders gespannt darf man auf den Ausbau des Speichers sein, wo mittelfristig eine Wellness-Oase untergebracht werden soll. Wir halten Sie, liebe Leserinnen und Leser, auf dem Laufenden.



Deshalb sei hier auch ein grosser Dank an die örtlichen und regionalen Handwerksbetriebe, die beim Umbau beteiligt waren, ausgesprochen. Ohne deren Flexibilität, Leistungswillen und handwerkliches Können hätte der Umbau niemals innert so kurzer Zeit abgeschlossen werden können.

Dies ist aber noch nicht alles. Es gibt noch mehr News aus dem Schwanen. Bereits im Dezember ist ein Hotelzimmer total renoviert und auf einen neuen Standard gebracht worden. Und weitere Hotelzimmer

Gerne hoffen wir, bei Ihnen mit diesem Artikel in eigener Sache die Neugier geweckt zu haben und hoffen, dass Sie sich von der neuen Wohnlichkeit im Restaurant selbst überzeugen werden, sei es nun im Anschluss an einen Besuch in der Gesundheitspraxis oder bei einer anderen Gelegenheit. Sie sind im Schwanen herzlich willkommen.

Ein Beitrag vom Hotel Schwanen



FOLGENDE FIRMEN UND HANDWERKSBEREITBE WAREN AN DEN UMBAUARBEITEN BETEILIGT:

- Alex Brühwiler, Schreiner, Frauenfeld
- Antonio Ruggieri, Gipsergeschäft, Felben-Wellhausen
- bafrag GmbH, Felben-Wellhausen
- Beat Schmid GmbH, Schreinerei, Wellhausen
- Bruno Krattiger & Co, Elektroanlagen, Hüttlingen
- Bühler Licht AG, Jakobstal, Matzingen
- Interkeramik, Perolini AG, Frauenfeld
- Jakob Haas AG, Malergeschäft, Felben-Wellhausen
- Malergeschäft Aemisegger AG, Frauenfeld
- Roger Gmeinder GmbH, Schreinerei/Innenausbau, Märstetten
- Schäfli + Dietrich, Sanitär + Heizung, Frauenfeld
- Teppich Quelle, Märstetten

ADVENTSFENSTER 2011





iD! – Mit «Fussbefinden» die grenzenlose Kreativität ausgelebt.

KREATIVE KÖPFE Gleich zwei davon – Typografische Gestalter und Texter/Konzeptioner – finden Sie bei der iD visuelle Kommunikation GmbH aus Frauenfeld.



WARUM RUTH LANG AUF DIE iD! BAUT

Von Anfang an bis heute geniesse ich die unkomplizierte und kreative Art der Zusammenarbeit mit der iD! und freue mich jedes Mal über die freundliche Weise der Kommunikation untereinander.
Ich vertraue der iD! voll und ganz und wurde in all den Jahren noch nie enttäuscht.

Eine kleine Agentur, die sich flexibel und persönlich um Sie und Ihre Gestaltungsarbeiten kümmert. Ganz egal ob im Print-, Web- oder Textbereich. Die iD! bietet bei allen kreativen Herausforderungen ein sehr interessantes und faires Preis-Leistungsverhältnis. Der Kunde und sein Produkt stehen im Mittelpunkt, und deshalb pflegt die iD! eine sehr persönliche und professionelle Beziehung zu den Beiden.

Gute Ideen fördern das Image der Kunden, deren Produkt und das der iD!. Genau dies darf die iD! bei der Zusammenarbeit mit Frau Ruth Lang erfahren. Seit der Entstehung von «Fussbefinden» sind Andrea Foenander und Roland Müller mit von der Partie und durften dieser vielfältigen Gesundheitspraxis schon den eingängigen Namen geben, diverse Druck-sachen und die Website gestalten sowie die

nun schon einige Male erschienene Firmenzeitung «Fussbefinden» konzipieren.

Das Schöne ist, dass der gesamte Firmenauftritt und vor allem die firmeninterne Zeitung sehr grossen Anklang bei den Kunden und Freunden von «Fussbefinden» findet. Die Zeitung ist nicht nur in einer Print- sondern auch ganz bequem in digitaler Form in einem Online-Blätterkatalog auf www.fussbefinden.ch zu lesen.

Kommen wir zu Ihnen, liebe Leserin und lieber Leser. Sie finden die Gesundheitspraxis «Fussbefinden» von Frau Ruth Lang auch so gut wie die iD!?! Dann macht die iD! Ihnen bei einem gemeinsamen kreativen Erlebnis einen fantastischen Preis und geben Ihnen dazu gleich noch 10% Rabatt. Die iD! freut sich auf Ihr Projekt in der visuellen Kommunikation.



1 Website 2 Online-Blätterkatalog 3 Firmenzeitung / 2 x jährlich



iD visuelle Kommunikation GmbH
Zürcherstrasse 286
8500 Frauenfeld

Telefon 052 720 33 33
Fax 052 720 31 31

info@id-kommunikation.ch
www.id-kommunikation.ch



- Sind Sie verspannt oder plagt Sie der Rücken?
- Haben Sie das Gefühl, dass Ihr Becken oder ein Wirbel verschoben ist?
- Leiden Sie häufig an Kopfschmerzen oder Migräne?
- Stören Sie die angesammelten Fettpölsterchen?
- Oder möchten Sie Wellness für die Seele betreiben?



In Weiningen befindet sich die Gesundheits- und Sportmassagepraxis von Nicole Arnold.

Seit 7 Jahren betreibt Sie ihre Praxis bei sich zu Hause im Rietblick 5, mit separatem Kundeneingang und Praxisraum. In der Massagepraxis ist jeder Kunde, auf telefonische Voranmeldung unter 0527471953, herzlich willkommen.

Das Angebot umfasst:

- Klassische- und Sportmassagen
- Hot Stone Massage
- Aromaölmassagen
- Schröpfmassage zur verbesserten Durchblutung
- Fussreflexzonenmassage
- Kopfschmerz-/Migränetherapie
- Triggerpunkt-, Ultraschall- und Infrarotbehandlung oder Infrarot Sauna
- Sanfte Wirbel- und Gelenktherapie nach Dorn/Breuss
- Bei Rücken- und Bandscheibenproblemen sowie Beckenschiefstand
- Beratung von Juice Plus und Phiten Produkten für Ihre Gesundheit



Ob man nun eine Verletzung hat oder man sich nur einmal richtig entspannen will, hier ist jeder herzlich willkommen.

Frau Arnold hat eine klassische Ausbildung und hat sich zudem noch auf Sportmassagen und die Wirbeltherapie nach Dorn/Breuss spezialisiert. Deshalb war sie nebenbei 5 Jahre im Sport tätig, im Eishockey, Fussball und Tennis. Unter anderem betreute sie Vereine wie den HC Thurgau, die U18 Mannschaft des FC St.Gallen, die erste Mannschaft des FC Winterthur und das Projekt "Der Match" von SF1.

Frühlings-/Sommer Aktion

Jeder Neukunde erhält einen Rabatt im Wert von 10% auf eine Massage, ein Abo oder einen Geschenkgutschein nach Wahl. Ausserdem ist jede elfte Massage umsonst.

In einer ruhigen und harmonischen Atmosphäre unterstützt Sie die Masseurin gerne, auf Ihrem ganz persönlichen Weg zu mehr Wohlbefinden und Entspannung.

NEU im Angebot:

Infrarot-Sauna mit Farblicht- und Musiktherapie

Gesundes und Kreislauf schonendes Schwitzen wird durch die Infrarot-Sauna bereits ab 40 °C möglich.

Regelmäßige Anwendungen können dabei:

- das Immunsystem stärken
- die Durchblutung erhöhen und den Stoffwechsel verbessern
- Verspannungen lösen und Rückenschmerzen lindern
- durch intensives Schwitzen die Entschlackung und Entgiftung des Körpers fördern und somit zur Gewichtsabnahme beitragen
- die Behandlung von Hautkrankheiten positiv beeinflussen
- Wirkt gegen: Wirbelsäulenleiden, Asthma, Bronchitis, Infektionen, Stresszustände, Arthrose, Arthritis, Fibromyalgie (Weichteilrheumatismus), Krebserkrankungen

REGELMÄSSIGE ANWENDUNG MACHT GESÜNDER, GLÜCKLICHER UND GIBT MEHR ENERGIERESERVEN!

Juice Plus

Die Masseurin ist selbstständiger Vertriebspartner von Juice Plus, das Best- und meistuntersuchtete Nahrungsergänzungsmittel WELTWEIT! 100% natürlich aus 27 Vollreifen Obst-, Gemüse- und Beerenorten. Kann durch zahlreiche, unabhängige Studien bewiesen werden, dass es die Gesundheit unterstützt und wird sogar nach 28 Tagen im Blut nachgewiesen!

Juice Plus Premium ist wissenschaftlich umfassend erforscht:

- Förderung der Durchblutung
- Mehr Wohlbefinden, erhöhte geistige und körperliche Vitalität
- Verbesserte Erholung und Regeneration auch im Sport
- Steigerung der Abwehrkräfte
- Gestärktes Herz-Kreislaufsystem
- Unterstützung in der Schwangerschaft
- Optimierung der Hauteigenschaften
- Positiver Einfluss auf die Zahngesundheit



VORANZEIGE NÄCHSTE AUSGABE NOVEMBER 2012, NR. 6

RÜCKBLICK VORTRAG HIRUDO-THERAPIE

Gehalten am 10. Mai 2012 von Frau Dr. Dominique Kähler-Schweizer in der Praxis von Ruth Lang in Felben-Wellhausen

DAS MENSCHLICHE POTENTIAL

Dieses Thema möchte ich Ihnen in der nächsten Ausgabe näher bringen. Ist das Menschliche Potential begrenzt oder unbegrenzt? Woraus besteht das Menschliche Potential? Das Menschliche Potential – Ihr Potential – besteht aus zwei fundamentalen Eigenschaften. Aus Energie und Intelligenz.

So machen Sie sich zu einem machtlosen Menschen.

Die Angst

Die Angst beeinflusst viele Menschen.

Die Sünde

Bei unseren Beobachtungen über den machtlosen Menschen spielt Sünde eine wichtige Rolle.

Die Einmischung

Zahlreiche Menschen haben den unwiderstehlichen Drang, sich überall einzumischen, den anderen zu sagen, was sie anders machen sollen.

Wer sein Geschäft gerne in der nächsten Ausgabe präsentieren möchte, melde sich bitte bei Ruth Lang, Wellhausen

Das Suchen in der Aussenwelt

Wir haben uns angewöhnt, immer ausserhalb von uns selbst nach Hilfe, nach Lösungen für unsere Probleme, nach Antworten auf unsere Fragen zu suchen. Auch das zeigt wiederum, dass wir offenbar unserer eigenen Macht und Weisheit nicht vertrauen. Das wir einmal mehr unsere Macht an Andere abgeben.

Die Komplexität des Lebens

Ich bin der festen Überzeugung, und ich werde dies auch zu begründen versuchen, dass die Wahrheit einfach ist – einfach sein muss. Oder soll die Wahrheit etwa nur einer kleinen Elite überdurchschnittlich intelligenter Menschen vorbehalten sein?

Die Ratio / Die Analyse

Für die Wissenschaft und das Management sind – respektive waren – Ratio (Intellekt) und Analyse von zentraler Bedeutung. In der Zwischenzeit hat man aber entdeckt, dass dies vielleicht doch nicht der Weg ist, um zu tieferen Erkenntnissen und zu optimalen Problemlösungen zu gelangen.

Weiteres zu diesem spannenden Thema erfahren Sie in der November Ausgabe der Fussbefinden-Zeitung.

Ihre Ruth Lang

EAH Europäische Akademie™
für Hirudotherapie

Diplom

Ruth Lang

absolvierte den Lehrgang in

Hirudotherapie
(Blutegeltherapie)

Die Ausbildungsdauer vom 5.2.2011 bis 18.11.2011 betrug 50 Stunden in Theorie (38) und Praktikum (12) sowie Prüfung (1) und beinhaltet: Geschichte der Blutegel-Therapie, Biologie des Blutegels, Hälterung in der Praxis, Wirkungsmechanismen des Blutegel-Speichels, Indikationen, Kontraindikationen, Nebenwirkungen, Anwendungsbereiche, Vorsichtsmassnahmen und Durchführung der Therapie.

Der Unterricht wurde von naturheilkundlichen und akademischen Fachpersonen erteilt und mit einer Prüfung am 18.1.2012 erfolgreich abgeschlossen.

Wil, 8.2.2012

Dr. Kähler
Dr. med. Dominique Kähler Schweizer

Dieses Diplom attestiert dem/der InhaberIn die Fähigkeit, die Hirudotherapie im Rahmen einer eigenständigen ärztlichen oder heilpraktischen Tätigkeit kompetent anzuwenden zu können. – Blutegel-TherapeutInnen haben sich an die Vorgaben der zuständigen staatlichen Stellen zu halten.

Hirumed GmbH, Hubstrasse 37, 9500 Wil

Sheila Albestain

Fusspflege &
Fussreflexzonenmassage
auf Wunsch auch bei Ihnen zu Hause

Massagen

Weinfelderstrasse 14
8552 Felben-Wellhausen
Nätel 076 323 20 17

fotoana ★

hochzeit
portrait
reportage

bernardo ana
sulackerstrasse 7
ch-8500 frauenfeld

076 395 34 44
052 720 66 60
info@fotoana.ch
www.fotoana.ch

FERIEN IM MÜNSTERTAL



DAS KNATTERHAUS DER FAMILIE LANG



Unser Ferienhaus steht in Valchava, im Münstertal, genau gesagt im Val Müstair direkt am Fusse vom Ofenpass. Geniessen Sie bei uns die wunderschöne Engadiner Bergwelt und machen Sie einen Abstecher in den bekannten Nationalpark.

Dort bekommen Sie alle möglichen Tiere zu sehen und wenn Sie Glück haben, entdecken Sie den grössten Greifvogel der Schweiz – den Bartgeier.

(3 Zimmer / 8 Betten)
4 Personen 80.– / Tag
8 Personen 140.– / Tag

