








Treffpunkt ganz-gesund







Programm 2. Halbjahr 2024

Vorträge & Workshops im Treffpunkt ganz-gesund, Schlossstr. 10 in Oettingen

Datum	Uhrzeit	Titel	Referent
Fr., 07.06.	18.00	Schmerz lass nach! Aufrichtung der Wirbelsäule – ohne Berührung Akuthilfe für deine Gesundheit - 99 Prozent der Menschen haben einen Beckenschiefstand, Beinlängenverkürzung und Probleme mit ihrer Beweglichkeit, mit weitreichenden Folgen für ihre Gesundheit an Körper, Seele und Geist. Die 3-dimensionale Vermessung vor und nach der Wirbelsäulenaufrichtung macht eine Veränderung sofort deutlich. Sichtbar, spürbar, messbar! Anmeldung unter info@ganz-gesund.org , M. 0170-9369237	PENeM Verband Ute K. Vieting 
Die., 11.06.	19.30	Der klare Kopf – Wege raus aus der Angst Es gibt immer wieder Situationen oder Lebensphasen, die uns beängstigen oder gar in Panik versetzen. Doch Angst ist kein guter Ratgeber. Durch Perspektivenwechsel können sich Wege aufzeigen, Ängste loszulassen oder zu wandeln. und positive Energien zu gewinnen. So können Sie positive Energien und die Freude im Leben neu entdecken. Anmeldung unter www.vhs-gunzenhausen.de	VHS Gunzenhausen Ute K. Vieting
Sa., 15.06	19.30	Duo EnÛle - Lamprecht « A Dreaming Lover - Geheime Wünsche eines Mönchs » Konzert in der Klosterkirche Auhausen Info und Karten unter www.musica-ahuse.de	 Musica- Ahuse, Klosterkirche Auhausen
Die., 18.06.	19.30	Gut schlafen und ausgeruht aufwachen! Schlafen ist eine der produktivsten „Tätigkeiten“. Schlaf ist lebensnotwendig und wer schlecht schläft, wird nicht selten krank an Körper und Psyche. Erfahren Sie Neues aus der Schlafforschung. Reichlich Tipps zur gesunden Schlafumgebung gehören ebenso dazu wie Rituale, die beim Einschlafen helfen. Bestimmt ist auch für Sie etwas dabei, um Ihren Schlaf zu verbessern. Info und Anmeldung: www.vhs-gunzenhausen.de	VHS- Gunzenhausen Dr. med. Claus Daumann
Mi., 19.06.	19.30	Wie du deine Gene beeinflussen kannst Wir sind nicht hilflos ausgeliefert, wenn es um unsere Gene geht. Gene können wir positiv wie auch negativ durch unseren Lebensstil beeinflussen. Umwelteinflüsse können ebenfalls Sequenzen deiner Gene verändern. Epigenetik ist das Fachgebiet, welches sich mit den Einflussmöglichkeiten auf die Gene beschäftigt.	ganz-gesund Dr. med. Claus Daumann  
Mo., 01.07. 6 Abende online	19.30	Geführte Meditation - Online Die Kraft der Stille neu entdecken – geführte Meditationen zu innerem Frieden, Ruhe, Entspannung, Heilung und sprudelnder Lebensfreude 6 Abende online über Zoom. Info anfordern: info@ganz-gesund.org ,	VIETING Ute Vieting 
Mi., 17.07.	19.30	Was essen wir denn da? Mittlerweile sind über 70% der Lebensmittel hochverarbeitet, d.h. in aller Regel unnatürlich verändert mit verschiedensten Zusätzen. Wenn Sie den Inhalt (Lupe nicht vergessen) verstehen wollen, sollten Sie am besten Chemie studiert haben. Der Vortrag bringt Licht ins Chaos. Nehmen Sie Anregungen mit für einige Strategien, gesünder zu essen.	ganz-gesund Dr. med. Claus Daumann 
Sa., 20.07.	14.30	Fachtagung der Netzwerk-Akademie für Körper, Geist und Seele e.V. mit Vorträgen: 5. Herzkammer (Ingrid Sikora), Gedanken zu Glyphosat (Monika Möller), Erfahrungsaustausch „Welche Veränderungen nehme ich wahr in meinem Praxisalltag seit der Corona Krise?“	
Sa., 20.07.	19.30	Capella de la Torre „Wir sind ein Traum der Zeiten“ Capella taucht ein in die Zeitenwende von Renaissance zum Barock – kurz vor dem 30-jährigen Krieg – zu den Träumen einzelner Menschen	 Musica- Ahuse, Klosterkirche Auhausen

Treffpunkt ganz-gesund



Die., 06.08.	19.30	Wechseljahre – eine Zeit mit vielen Facetten Eine Zeit der Veränderung. Was jetzt geschieht und wie Frauen damit bestmöglich umgehen können, welche „Kräutlein dagegen gewachsen sind“ bis hin zur Hormontherapie ist Inhalt dieses Vortrages	 ganz-gesund Dr. C. Daumann, U. Vieting
Sa., 31.08.	19.30	Duo Ambrosini – Rusche Alfedans (Elfentanz) Werke von und um Edvard Grieg Info und Karten unter www.musica-ahuse.de	 Musica Ahuse Klosterkirche Auhausen
Do., 05.09.	19.00	Pro- und Anti-Biotika! Die Pandemie des verschwindenden Mikrobioms Warum es uns alle betrifft. Was wir tun können. Wie eine gesunde Darmflora uns vor den meisten Zivilisationskrankheiten bewahren kann. Der Verein Dioscurides gibt einen Einblick über die Wirkweise von Probiotika. Anmeldung und Info: info@ganz-gesund.org , M. 0170 9369 237	 PENeM Verband Dioscurides e.V. Referent: Henryk Egetemayer
Mo., 16.09.	19.30	Der klare Kopf – Wege raus aus der Angst Es gibt immer wieder Situationen oder Lebensphasen, die uns beängstigen oder gar in Panik versetzen. Doch Angst ist kein guter Ratgeber. Durch Perspektivenwechsel können sich Wege aufzeigen, Ängste loszulassen oder zu wandeln. und positive Energien zu gewinnen. So können Sie positive Energien und die Freude im Leben neu entdecken. Weitere Info unter: info@ganz-gesund.org	VHS-Oettingen, Ute Vieting
Do., 19.09.	19.30	PENeM®Selbstheilung – was ist das? <i>Heil' dich selbst, sonst tut es keiner!</i> Hinderliche Glaubenssätze, Muster und Programme beeinflussen dich und schaffen Realitäten in deinem Leben. Das zeigt sich in allen Lebensbereichen, ob als Symptom, Problem, Blockade, Herausforderung, Angstzustand, Stress, Druck... Verbinde dich mit deinem Körper – Seele – Geist und hole dir Freude, Gesundheit und Lebensqualität zurück.	PENeM Verband Referentin: Ute Vieting 
Mi., 06.11.	19.30	Gut schlafen und ausgeruht aufwachen! Schlafen ist eine der produktivsten „Tätigkeiten“. Schlaf ist lebensnotwendig und wer schlecht schläft, wird nicht selten krank an Körper und Psyche. Erfahren Sie Neues aus der Schlafforschung. Reichlich Tipps zur gesunden Schlafumgebung gehören ebenso dazu wie Rituale, die beim Einschlafen helfen. Bestimmt ist auch für Sie etwas dabei, um Ihren Schlaf zu verbessern.	VHS Oettingen Dr. med. Claus Daumann
Mi., 27.11.	19.30	Die Leber – das große Entgiftungsorgan Die Leber ist selten im Mittelpunkt, obwohl sie das wichtige Stoffwechsel- und Entgiftungsorgan ist. Allerdings muten wir der Leber immer mehr zu. Es gibt Millionen chemischer Stoffe, die erst in den letzten Jahren entstanden sind und die Leber be- bzw. überlasten. Erfahren Sie, wie Sie mit naturheilkundlichen Maßnahmen der Leber gutes tun können.	VHS- Gunzenhausen Dr. med. Claus Daumann
Die., 21.01.	19.30	Vitamin D update Bei Krebserkrankungen, Diabetes, Autoimmunerkrankungen wie Rheuma oder Hashimoto und vielem anderen mehr wirkt Vitamin D präventiv und in der Therapie. Von den Mitstreitern (Co-Faktoren wie Vitamin K2, Magnesium u.a.) wird genauso berichtet wie von der Dosierung nach Gewicht und bei verschiedenen Erkrankungen.	VHS Oettingen Dr. med. Claus Daumann
Beginn 07.11.	9.00 10 Termine	Meditation - Ruhe und Entspannung pur Anmeldung unter www.vhs-oettingen.de	VHS-Oettingen Ute K. Vieting

*Anmeldung erforderlich, ein Wertschätzungsbeitrag wird erbeten.

