

Gesundheit geht uns alle an ...

Das *kaleidoskop gesundheit offenbach* ist ein offenes Forum und Netzwerk von HeilpraktikerInnen, TherapeutInnen und in der Gesundheitsförderung und -erhaltung Tätigen.

Lassen Sie sich ermutigen und inspirieren, Ihre Gesundheit in die eigene Hand zu nehmen. Verbessern Sie in Eigenverantwortung Ihr Wohlbefinden, stärken Sie Ihre Lebensqualität. *kaleidoskop gesundheit* lädt Sie ein, interessierte Menschen und Angebote zu alternativen Heilmethoden wahrzunehmen und kennenzulernen. Eine wunderbare Möglichkeit Kontakt aufzunehmen, sich beraten zu lassen, einen Termin zu vereinbaren.

Jeden 4. Dienstag im Monat können Sie am Mathildenplatz im Stadtteilbüro zu unterschiedlichen Themen an Vorträgen und Workshops teilnehmen.

Wir freuen uns auf Sie!

Gastdozentin Katja Schäfer

Pilates, Yoga und Personaltrainerin
Mitglied im Deutschen Pilatesverband
Sportstudio Bieber •
Bergstraße 32-34 • 63073 Offenbach
Fon 0178 / 35 86 308
info@sportstudio-bieber.de • ks@aquaaerobic.de



Pilates ist ein effektives Training für den ganzen Körper. Pilates trainiert besonders die Rumpfmuskulatur, die für die gesamte Körperhaltung wichtig ist.

Die Bewegungen werden mit dem Atem verbunden und sind sanft und fließend, so dass man vom Alltag abschalten kann.

Ingrid Wittfeld Heilpraktikerin & Gesundheitspädagogin

Landgrafenring 2 • 63071 Offenbach
Fon 069 / 99 99 36 63 • Mobil 0179 / 59 30 600
Ingrid-Wittfeld@gmx.de
Mitglied in der Laborgemeinschaft dt. Heilpraktiker



www.praxis-naturheilkunde.de

Prävention ist ein großes Anliegen der Naturheilkunde. Ich biete labordiagnostisch gestützte Präventivmedizin unter anderem für die Bereiche Herz-Kreislauf, Alzheimer-Demenz, Stresserkrankungen & Burnout.

Orthomolekulare Medizin bedeutet Gesunderhaltung durch gezielte Gabe von Vitaminen, Mineralstoffen, Spurenelementen, Aminosäuren und sekundären Pflanzenstoffen. Sie basiert auf medizinwissenschaftlicher Forschung und richtet sich nach den labor-diagnostischen Befunden des Patienten.

Gewichtsreduktion über eine Stoffwechsoptimierung durch die individualisierte Diät von „gesund & aktiv“.

Weitere Behandlungsmethoden: Blutegel- / Eigenblut- und Fußreflexzonen-therapie

Die häufigsten Krankheitsbilder: Magen-Darm-Erkrankungen, psychosomatische Erkrankungen, Folgen chronischen Stresses, Stoffwechselstörungen und Beschwerden ohne medizinischen Befund.

Agi Mongel Tai Ji-Lehrerin

HP Psychotherapie • Pantomime
Friedrichstraße 2 • 63065 Offenbach
Fon 069 / 82 61 54
agiflower@web.de



www.agiflower.de

Tai Ji, ein traditionelles chinesisches System von Übungen, baut auf die Philosophie des Tao (Yin/Yang) auf.

Durch das Lösen von Verspannungen und Blockaden sowie durch vertiefte Atmung während der Tai Ji-Übungen gelangen wir zu Harmonie, innerer Ausgeglichenheit, Steigerung des gesundheitlichen Wohlbefindens und Kontakt zu uns selbst und unserem Gegenüber. Neben dem Erfahren und Hineinwachsen in die Prinzipien und Grundlagen des Tai Ji (5 Elemente – und weitere Formen nach Chungliang Al Huang) steht das Bewusstwerden der individuellen Struktur des Einzelnen im Vordergrund und wird durch Qi Gong-Arbeit unterstützt.

Einzelarbeit: Yin/Yang Körpertherapie (organismische Körperarbeit und Tai Ji)

Tai Ji in Offenbach und Umgebung:

Di 20.15–21.45 Uhr: PRANA, Bleichstraße 4a, Mühlheim
Do 20.00–21.30 Uhr: Wilhelmschule, Wilhelmstraße, OF
Sa 11.00–12.30 Uhr: Atelier für Gymnastik, Luisenstr. 70, OF

Steffi Babić Zertifizierte Ernährungsberaterin (SGD)

Frankfurter Straße 122 • 63067 Offenbach
Fon 069 / 24 44 47 06
info@optimalgewicht.eu



www.optimalgewicht.eu

Gesunde Ernährung fördert die geistige und körperliche Leistungsfähigkeit, bringt den Säure-Basen-Haushalt ins Gleichgewicht und schützt somit vor Zivilisationserkrankungen, wie z.B. Bluthochdruck, Herz-Kreislauferkrankungen, Diabetes, Arteriosklerose und Osteoporose.

Mit der für Sie optimalen Ernährung, Bewegung und Entspannung, können Sie Ihr Wohlbefinden steigern und langsam, aber dauerhaft Ihr Gewicht (ohne Diäten oder Verbote) reduzieren.

Pascale Dauster Osteopathin

Heilpraktikerin
Friedrichstraße 18 • 63065 Offenbach
Fon/Fax: 069 / 82 13 30
info@naturheilpraxis-dauster.de



www.naturheilpraxis-dauster.de

Osteopathie – Sanfte Medizin mit den Händen

„**Der Körper ist eine Einheit**“: Die Osteopathin spürt die Bewegungseinschränkungen, Spannungen, Strukturveränderungen auf.

„**Leben ist Bewegung**“: Mit sanften osteopathischen Techniken, die mit den Händen ausgeführt werden, wird die Selbstregulierung des Körpers inspiriert, die natürliche Bewegung und Funktion gefördert. Die Osteopathin behandelt den Bewegungsapparat, Kopf, Gelenke, Wirbelsäule, Knochen, Muskeln und Bänder, die inneren Organe, Gefäßsysteme und Leitungsbahnen.

Seit 1998 ist Hp Pascale Dauster in eigener Naturheilpraxis tätig. Sie behandelt Erwachsene, Kinder und Babies. Naturheilkundliche Testverfahren, Pflanzenheilkunde, Homöopathie, Heilpilze, Eigenbluttherapie, Vit-C Infusionen und Massage werden begleitend angeboten.

Weitere Informationen, auch zu Vorträgen und den vhs Kursen, finden Sie unter: www.naturheilpraxis-dauster.de.

Jutta Graßmann-Bauer Diplom-Pädagogin

Heilpraktikerin • Persönlichkeitstrainerin
Landgrafening 2 • 63071 Offenbach
Fon 069 / 85 70 94 17
orthop.offenbach@t-online.de



www.naturheilpraxis-offenbach.de

Akupunktur und Traditionelle Chinesische Medizin

Die Traditionelle Chinesische Medizin ist eine Jahrtausende alte Heilweise, bei der nach einer ausführlichen Diagnosestellung mittels Puls- und Zungendiagnostik ein individuelles Behandlungskonzept erstellt wird, das sich aus den Komponenten Akupunktur, Massage, Moxibustion und Ernährungsrichtlinien zusammen setzt.

Wirbelsäulentherapie nach Dorn

Die Wirbelsäulentherapie nach Dorn ist eine sanfte Methode, blockierte Wirbel und Gelenke zu mobilisieren.

Klassische Homöopathie

Die Lehre von der kleinen Kugel mit der großen Wirkung.

Bachblütentherapie

Blütenessenzen für mehr Harmonie und Wohlbefinden.

Mentale Energie-Korrekturen

Familien -und Organisations-Aufstellen nach Bert Hellinger

Andrea Röder Heilpraktikerin

Naturheilpraxis Pascale Dauster
Friedrichstraße 18 • 63065 Offenbach
Fon 069 / 82 13 30 • Mobil 0160 / 90 27 48 48
a.roeder@naturheilpraxis-dauster.de



www.naturheilpraxis-dauster.de

CranioSacral Therapie

sanfte Grifftechniken am Kopf und am ganzen Körper unterstützen die Heilkraft des Körpers.

Ohr-Akupunktur

als ergänzende Therapie zur Unterstützung der Behandlung zum Beispiel bei der Raucherentwöhnung.

Medi-Taping

Bunte Textil-Klebebänder fördern die Muskelaktivität und die Bewegung, ohne den betroffenen Körperbereich ruhigzustellen. Oft ist die Muskulatur der Grund für eine Blockierung und nicht das Gelenk. Blut- und Lymphfluss werden angeregt, die Heilung beschleunigt.

Massagen, Eigenblutbehandlung, Pflanzenheilkunde, Fußreflexzonentherapie, Wirbelsäulentherapie (Dorn/Breuß)

kaleidoskop Vorträge/Workshops

Dienstags von 19.30 bis 21.00 Uhr
Stadtteilbüro Östliche Innenstadt, Mathildenplatz, Offenbach

24. Januar 2012

Andrea Röder

Unsere Füße tragen uns

In diesem Workshop schildere ich Ihnen die Anatomie und Beweglichkeit des Fußes sowie die Behandlungsmöglichkeiten in der Naturheilpraxis. Welcher Zusammenhang besteht zwischen den Füßen und anderen möglichen Problemen am Bewegungsapparat? Im Anschluss leite ich eine kleine Fußgymnastik an.

28. Februar 2012

Gastdozentin: Katja Schäfer

Pilates mit dem Stuhl

An diesem Abend üben wir Pilates im Sitzen auf dem Stuhl. Der Körper wird hierbei gedehnt, gekräftigt und auf alltägliche Bewegungen vorbereitet. Ziel ist es, sich aktiv und bewusst im Alltag bewegen zu können.

27. März 2012

Pascale Dauster

Quantum Entrainment-Heilung durch Selbst-Gewahrsein nach Dr. Kinslow

Nehmen Sie Teil an einer praktischen Anwendung, erfahren Sie eine QE-Sitzung.
Anmeldung: 069-821330, AB - wir rufen Sie gerne zurück.

24. April 2012

Steffi Babić

Fit in den Frühling mit Basenfasten

Basenfasten ist eine besonders milde Form des Fastens und somit eine Wohltat für Körper, Geist und Seele. Sie nehmen ausschließlich basenbildende Nahrungsmittel zu sich, ohne hungern zu müssen. Sie erfahren, wie Sie Basenfasten erfolgreich anwenden können, um Ihren Körper optimal zu entsäuern, zu entschlacken und zu vitalisieren.

22. Mai 2012

Jutta Graßmann-Bauer

Osteoporose

Ist Vorbeugung möglich? Welche Frühdiagnostik gibt es, wie sind die ersten Anzeichen und welche schulmedizinischen und naturheilkundlichen Behandlungsmöglichkeiten bestehen?

26. Juni 2012

Agi Mongel

Bobbing / Bossing

Was verbirgt sich dahinter und welche Formen gibt es? Wie beeinflusst es die Persönlichkeit eines Menschen und welche Folgen hat dies? Erkennung, Hilfen und Selbsthilfemöglichkeiten werden durch einen zusätzlichen Wochenendworkshop* unterstützt.

* Der Termin wird an diesem Abend bekannt gegeben.

Kurse • Studienvorbereitung • Basisstudium • Weiterbildung

SCHULE FÜR MODE.GRAFIK.DESIGN.

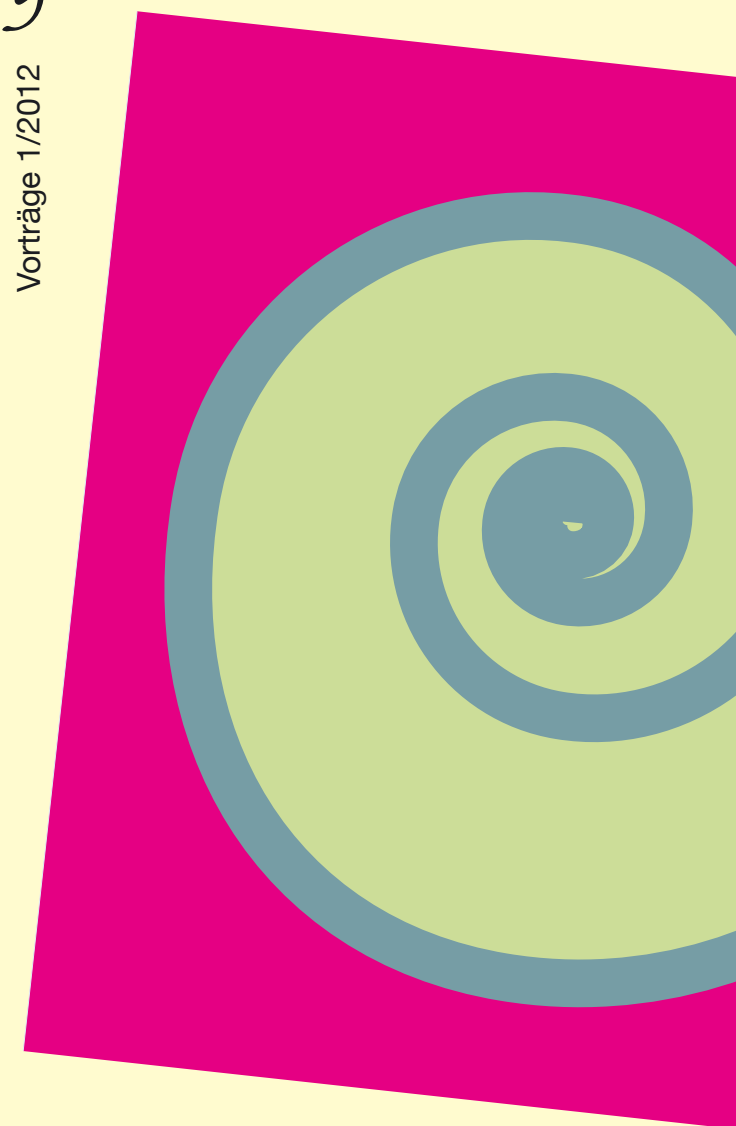
www.schule-mode-grafik-design.de

bernardstraße 73 • 63067 offenbach • fon 069/778592

kaleidoskop

offenbach
gesundheit

Vorträge 1/2012



www.kaleidoskop-gesundheit.de