

Praxis-Information

Aktuelles aus meiner Gesundheitspraxis



Frühling 2019

Schon lange hatte ich die Idee, meinen Jahreskalender für die Praxisarbeit im Fluss der Jahreszeiten, also erst mit dem Frühling beginnend, zu veröffentlichen, um dann das laufende Jahr mit der Wintersaison, also über das Jahresende hinaus, zu runden.

Die Sonne lockt uns, endlich wieder mehr draußen als drinnen zu leben.

Die Wolken ebenso. Sie ziehen meinen Blick immer wieder in den Bann.

Gut, wenn mein Foto im richtigen Augenblick griffbereit ist!

Eine wunderbare Möglichkeit, die ganze Aufmerksamkeit auf unsere Empfindungen und Wahrnehmungen zu legen, bieten die diesjährigen

Achtsamkeitstage und das Wald(bad)en



im Naturschutzgebiet Venusberg bei Aidlingen.

Warum denn in die Ferne schweifen, wenn das Gute so nah ist.

**Termine: Samstag 25. Mai/ Mittwoch 24. Juli/ Samstag, 3. August/
Mittwoch 28. August/ Mittwoch 4. September/ Samstag 19. Oktober.**

Jeweils 10 – 17 Uhr, 75 Euro Seminarbeitrag je Tag.

Einen ganzen Tag unter freiem Himmel verbringen, den Verstand entspannen, das Herz öffnen. Sich selbst Zeit widmen. Lauschen auf das, was ist. Ganz gegenwärtig sein, mit sich selbst im Frieden. Regenerieren und Auftanken zwischen Kiefern, Wacholder und weitläufigen Ausblicken. Unkompliziert, einfach, nur Da sein. Das ist das Ziel. Gemeinsame einfache Mahlzeiten, kurze Impulse und Achtsamkeitsübungen. Wechsel von Bewegung und Stille.

Zur Info: Die Tage sind geeignet für Frauen und Männer, ebenso für alle, die bereits ein Achtsamkeitstraining besucht haben und ihre Gegenwärtigkeit erneut einüben möchten.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich, nur die Bereitschaft den ganzen Tag im Freien zu verbringen.

Die Tage finden bei jedem Wetter statt, notfalls können wir teilweise in die Praxis ausweichen. Outdoorkleidung, Rucksack und Decke sind erforderlich. Bitte für das gemeinsame Essen etwas zum Teilen mitbringen. Für Getränke ist selbst zu sorgen.

Workshops und Highlights 2019

12. Juli 2019	Singen mit Conny Schmors und der Ukuele auf dem Venusberg.
19 – 21 Uhr	Treffpunkt Parkplatz Ortseingang Lehenweiler, 20 Euro
20. Juli 2019	Jin Shin Jyutsu (Heidi Mornhinweg) und Qigong.
10 – 18 Uhr	In Kooperation mit Gerd Weber, Tübingen, Lehrer für Qigong, Tai Chi und Bagua, 120 Euro.
30. September 2019	Singtag mit Iria auf Connys Hütte in Zaumberg bei
So 6.30 Uhr bis	Immenstadt (So), anschl. Übernachtung in Nesselwang,
Mo 20 Uhr	Meditationsweg Geh-Zeiten in Nesselwang (Mo). 130 Euro. plus Fahrt, Übernachtungskosten und Verpflegung.
5. Oktober 2019	Jin Shin Jyutsu (Heidi Mornhinweg) und Lifekinetik.
10 – 18 Uhr	In Kooperation mit Otto Wagner, Vlotho, Trainer für Lifekinetik, 120 Euro.
23. November 2019	Die eigene Lebenslandkarte!
9 – 17 Uhr	Entwerfen, umsetzen, erkennen und verstehen. 90 Euro.
Ganzjährig:	Einführungsseminare in Jin Shin Jyutsu. Basics. Ideal für Eltern,
(auf Anfrage)	Mütter oder Väter, auch Großmütter und Großväter sind herzlich
9 – 17 Uhr	willkommen. 90 Euro.
18 – 22 Uhr	45 Euro.



Entdeckungsreise zu einem erfüllten Leben



Gesprächsrunden

Das Frauenrad

7.5./30.7./24.9./26.11.

19 – 21 Uhr

Aufmerksames Zuhören und achtsames Sprechen aus dem

Herzen, über das, was „frau“ aktuell bewegt. 15 Euro.

Gelebte Spiritualität

26.4./31.5./19.7./

29.11. 9 – 11 Uhr

Mit den Füßen auf der Erde, mit dem Herzen im Himmel.

15 Euro.

Strömgruppen

Freitags, 17.5./5.7./2.8./

6.9./4.10./8.11./6.12.

9 – 11.30 Uhr

Nach einem kurzen Austausch und Aktuellem wird an der Liege

unter Anleitung geströmt. Vorkenntnisse sind keine erforderlich.

15 Euro

15. September, Tag der offenen Türe,

15 Jahre Praxis, ein Grund zum Feiern! 15 – 20 Uhr! Programm folgt...

Das Motto: Wer immer nur nach dem Zweck der Dinge fragt,

wird ihre Schönheit nie erfahren.

DIE PRAXIS für Human-Energetik, 71134 Aidlingen
Wege zu einer neuen Gesundheits- und Lebenskultur!

Weitere Termine:

21. Dezember 2019 **Wintersonnwende** auf dem Venusberg

6. Januar 2020 **Neujahrsmeditation**

Ausschreibungen siehe www.heidi-mornhinweg.de/Aktuelles.

Strömsitzungen, Einzelgespräche und **Beratungstermine***

individuell auf Anfrage.

Gutscheine, Naturprodukte

aus dem Hause Kellenberger, Schweiz

(Kalyana-Cremen, Augenserum, Deo, Mineralstoffzahncremen, etc.),

Sonnenminerale aus dem Allgäu

Propolis aus dem Bregenzer Wald

sind gerne auf Anfrage zu bestellen und in der Praxis abzuholen.

Beratungstermine*

Lebensübergänge, Fragen zur eigenen Biografie, offene stehende Entscheidungen, Partner-, Beziehungs- und Familienthemen, Konflikte, Lebenskrisen, Gesundheitsprojekte wie Krebs, Erschöpfung, Fragen nach dem Sinn des Lebens und mehr, fordern uns täglich heraus. Manchmal drehen sich die Gedanken im Kreis, kein Weg ist sichtbar. Dann ist es an der Zeit, sich professionelle Begleitung zu erlauben.

Als Gesprächstherapeutin biete ich Raum und Zeit für Ihre Anliegen, den Dialog auf Augenhöhe, Kompetenz und Praxiserfahrung auf den Ebenen menschlichen Seins. Mit dem Ziel: Leben im Einklang mit der Natur in uns und um uns.

Dauer und Kosten dieses Angebotes sind individuell. Sie orientieren sich an Ihrem Bedarf und dem zeitlichen Rahmen. **Bitte sprechen Sie mich vertrauensvoll an.**

Für alle Veranstaltungen ist eine telefonische oder schriftliche **Anmeldung** erforderlich. Sie erreichen mich **per Handy: +49(0)16093946784** oder **per mail: info@heidi-mornhinweg.de**

DIE PRAXIS für Human-Energetik, 71134 Aidlingen
Wege zu einer neuen Gesundheits- und Lebenskultur!

Ein Ostergruß für Sie:



5

und eine Geschichte zum Nachtisch:

Ein Schüler kam zu seinem Lehrer und sagte:

„Meine Meditationen sind furchtbar. Ich bin dauernd abgelenkt, denke an alles Mögliche, meine Glieder tun weh und ich schlafe immer ein.“

Der Lehrer antwortete schlicht: „Das geht vorüber.“

Eine Woche später kam der Schüler wieder und sagte:

„Meine Meditationen sind herrlich, ich bin total klar, konzentriert und im Frieden.“

Der Lehrer antwortete schlicht: „Das geht vorüber.“

Ich freue mich auf ein Kennenlernen, ob in der Praxis, vor Ort bei Ihnen, in der Natur, telefonisch, online, per facetime oder skype. **Alles ist möglich.**

Ihre Heidi Mornhinweg

DIE PRAXIS für Human-Energetik, 71134 Aidlingen
Wege zu einer neuen Gesundheits- und Lebenskultur!