

Seminare - Begegnung für Frauen

Frauengruppe- Frausein im Wandel - 4 Termine:
Freitag, 02. Februar um 18.30 Uhr
Freitag, 02. März um 18.30 Uhr
Freitag, 06. April um 18.30 Uhr
Freitag, 04. Mai um 18.30 Uhr

Gespräche über Frauenthemen, was berührt uns, was bewegt uns? Welchen Herausforderungen begegnet man, wenn man Muster erlösen, oder sich aus althergebrachten Rollen befreien möchte? Welche Alternativen gibt es zu den herkömmlichen, zumeist aus der Erziehung übernommenen Verhaltensweisen? Wie setzt man im Alltag gesunde Grenzen, um sich wohlfühlen und seine Wahrheit zu leben? Keine Therapiegruppe!

Moderation U. Freckmann, www.praxis-freckmann.de, Kostenbeitrag 10.- Euro. Folgetermine nach Absprache.

Spiritueller Gesprächskreis - jeden 2ten Samstag im Monat um 14.00 Uhr (Einlass ab 13.30 Uhr).

Dieser Gesprächskreis für Frauen findet einmal im Monat statt mit dem Ziel, sich gegenseitig zu unterstützen. Gespräche über Herausforderungen und die Suche nach Lösungen auf dem spirituellen Weg. Welche Wertmaßstäbe sollten hierbei angesetzt werden und wo findet man Antworten auf die ungeklärten Fragen, die sich einem stellen?

Moderation Uta-Maria Freckmann. Dauer ca. 2 Stunden. Es gibt eine Wahl bei der Teilnahmegebühr: pro Person 50,- €, nach Vereinbarung oder auf Spendenbasis.



Informationen

Seminarräume kostenlos zu vermieten
Bilder-Rundgang auf der Homepage:
www.lebensquell-duderstadt.de



Lebensquell-Duderstadt ist eine private Initiative, ein soziales Projekt, um alternative Wirtschaftsmodelle zu erproben und bekannt zu machen. Gern werden die Räume kostenlos (auf Spendenbasis) für Selbsthilfegruppen, kulturell-kreative und ökologische Initiativen zur Verfügung gestellt, die sich für die Erde, Tier- oder Mitwelt engagieren.

**Bei Interesse bitte per Telefon melden:
05527- 94 98 772. Unser SHOP ist über die
Homepage zu erreichen, dort gibt es Waren aus
dem Laden für Nachhaltigkeit zu kaufen.**

Der Einstieg in die Seminare ist jederzeit (mit Anmeldung) möglich. Weitere Vorträge oder Aktionen zu interessanten Themen wie Ökologie, neue Gemeinschaften, Konsensfindung und aus dem spirituellen Themenbereich, werden gegebenenfalls gesondert im Aushang, in der Flyerbox (hängt im Eingang) und auf der Homepage bekannt gegeben.

Lebensquell-Duderstadt ist ein Projekt von Uta-Maria Freckmann, entwickelt auf der Grundlage der Ideen von Manuela Schindler.

Bilder lizenziert von fotolia. und pixabay.com



Veranstaltungen

**für
das erste Halbjahr
2018**

**Multi-kreatives Zentrum
Alternative
Wirtschaftsmodelle**

*** Vorträge * Tauschbörsen *
* Aktionen * Seminare *
www-lebensquell-duderstadt.de**

Öffnungszeiten

Montag ist Ruhetag

**Di.- Fr. 10.00-13.00 und 15.00-18.00 Uhr
Samstags 10.00-13.00 Uhr
und zu den Veranstaltungen**

Inhaberin: Uta-Maria Freckmann

**BITTE BEACHTEN SIE:
Zu allen VERANSTALTUNGEN
ist eine Anmeldung nötig!**

Anmeldungen bitte per Telefon
Siehe Öffnungszeiten umseitig:
05527 - 94 98 772 oder per E-Mail:
freckmann@lebensquell-duderstadt.de,
oder direkt im Lebensquell-Laden.

Homepage:
www.lebensquell-duderstadt.de
sowie auf Facebook, Twitter und Google+

Alle Veranstaltungen finden im
Lebensquell-Duderstadt statt
Apothekenstraße 2
37115 Duderstadt



**Der WARENTAUSCH im Lebensquell
ist jeden Mittwoch zu den
Öffnungszeiten (siehe Vorderseite)
möglich!**

Seminare - Begegnung - Austausch

Fasten – der Weg zur eigenen Mitte

Freitag den 16. Februar um 19.00 Uhr (Einlass ab 18.30 Uhr).

Fasten ist eine bewährte Methode, dem Körper die Möglichkeit zu geben, sich von belastenden Ablagerungen und Stoffwechselprodukten zu befreien. Es hilft uns außerdem, sich wieder unserer eigenen Mitte zu nähern. Im Vortrag werden die wichtigsten Fastenfehler benannt.

Dozent: Dr. Hilmar Burggrabe, Partner für Gesundheitsbildung. Kostenbeitrag 10.- Euro. **Folgetermin auf Wunsch 16. März, um 19.00 Uhr.** Herr Burggrabe beantwortet Fragen zum Fasten. Kostenbeitrag 10.- €

Wasser - Lebensmittel Nr.1

Freitag den 20. April um 19.00 Uhr (Einlass ab 18.30 Uhr) - KEINE Verkaufsveranstaltung

Wasser ist unser Lebensmittel Nummer 1, es sollte von bester Qualität sein. Deutschland hat wohl die beste Trinkwasserverordnung der Welt, doch wird sie auch eingehalten? Der Vortrag gibt Hinweise, worauf wir als Verbraucher achten sollten.

Dozent: Dr. Hilmar Burggrabe, Partner für Gesundheitsbildung. Kostenbeitrag 10.- Euro. **Folgetermin auf Wunsch: Dienstag 15. Mai um 19.00 Uhr.** Herr Burggrabe beantwortet Fragen zum Thema Trinkwasser. Kostenbeitrag 10.- €

Friedens-Wanderung

Sonntag den 06.05.2018 um 10.30 Uhr Treffpunkt im Lebensquell, Dauer: ca. 2 Stunden, anschließend gemeinsames Buffet, jeder bringt etwas dafür mit. Kostenbeitrag auf Spendenbasis. Moderation: U. Freckmann

Kräuterwanderung - mit Dr. Hilmar Burggrabe
Donnerstag den 14. Juni um 18.00 Uhr, Treffpunkt im Lebensquell, Kostenbeitrag auf Spendenbasis.

Tauschen im Waren-Tauschraum (40m² groß)

Tauschen für Jedermann im Lebensquell. In den Tauschraum können alle Dinge des täglichen Bedarfs (gut erhalten und sauber, keine Möbel), gebracht werden

Seminare - Begegnung - Austausch

Ernährungssysteme im Überblick

Freitag den 22. Juni um 19.00 Uhr (Einlass ab 18.30 Uhr)

Immer mehr Menschen möchten sich gesünder und umweltfreundlicher ernähren. Mittlerweile gibt es ein umfangreiches Angebot von Ernährungssystemen, aus denen wir wählen können. Der Abend soll Klarheit bringen, welches für Sie das Richtige ist .

Dozent: Dr. Hilmar Burggrabe, Partner für Gesundheitsbildung. Kostenbeitrag 10.- Euro. **Folgetermin auf Wunsch: 20. Juli um 19.00 Uhr.** Herr Burggrabe beantwortet Fragen zum Thema, Kostenbeitrag 10.- €



„Stille Zeit“ im Lebensquell

Samstag 15. Dezember um 16.00 Uhr (Einlass ab 15.30 Uhr).

Ein Jahresausklang - mit sich selbst in Frieden kommen, bewusst wahrnehmen und eine Rückschau auf das vergangene Jahr halten, um Situationen aufzulösen und eine neue Sichtweise auf das Geschehen zu erhalten. Am Ende des Nachmittags wird gewickelt, bitte ein hübsch verpacktes Geschenk mitbringen (Wert ca. 10.- Euro).

Moderation: U. Freckmann, www.praxis-freckmann.de. Dauer ca. 2,5 Stunden. Es gibt eine Wahl bei der Teilnahmegebühr: pro Person 50,- €, nach Vereinbarung oder auf Spendenbasis. Für Mitglieder und Ehrenamtliche des Lebensquell kostenlos.