

Vortragender und Veranstalter

Manuel Harand

geb. 27.09.1977 in Wien

Neben meiner Ausbildung zum Ernährungsberater nach TCM hat mich vor allem die Begegnung mit Dr. Rosina Sonnenschmidt (D) geprägt. Ihr Ganzheitliches Konzept bei der Behandlung chronisch kranker Menschen und ihre Gabe durch Krankheiten hindurch auf die Potentiale eines Menschen zu schauen haben mich so fasziniert, dass ich bei ihr unter anderem die Ausbildung in „Miasmatischer Homöopathie“ und "Spirituelle Heilkunst" absolviert habe. Des Weiteren habe ich mich nach meiner Ausbildung zum „Iridologen“ auch intensiv mit der Heil-Kunst in paracelsischer Tradition auseinandergesetzt. Neben dem bunten Familienleben (verheiratet / 2 Kinder) habe ich seit jeher vielseitige Interessen - vor allem im Bereich der Heil-Künste und jedem Bereich der Persönlichkeits- und Bewusstseinsentwicklung.

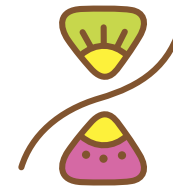
Anmeldung und Kontakt:

Manuel Harand
Leegasse 12/1
1140 Wien

0676-9570414
praxis@heil-kunst.at
www.heil-kunst.at



Ort für alle Seminare:
blumroom - Eyslergasse 18 - 1130 Wien
www.blumroom.at



Ganzheitliche Naturpraxis
manuelpaula

...Wege zu Wachstum und Wandel

Ganzheitliche Heilkunst

Ganzheitliche Ernährung

Naturheilwissen

Lebens- und Atemrhythmus

Kinesiologie

Miasmatische Homöopathie

Konfliktlösung

5 Elemente / TCM / Ayurveda

Seminarangebot 2012

WochenendSeminar

Grundlagen einer Ganzheitlichen Ernährung

Datum: 16./17.Juni 2012 - Sa.: 10-18Uhr // So: 9.30-16.30Uhr

Seminarinhalte und -ziele:

- eine ausgewogene und lebensenergiereiche Ernährung in den Alltag integrieren
- sich mit gutem Gewissen genussvoll „nähren“
- Zusammenhänge zw. Lebensrhythmen, Atmung+ Ernährung kennenlernen
- Verdauung auf körperlicher, emotionaler und geistiger Ebene bewusst wahrnehmen lernen

1. Ernährung auf körperlicher Ebene:

- Dem Körper vertrauen - Gesundheitszeichen spüren
- Grundlagen einer gesunden Ernährung: Die richtige Auswahl, Qualität, Zubereitung und Kombination von Lebensmitteln
- Angrenzende Gebiete der Ernährung: Verdauungskraft aufbauen, Entgiften, Entsäuern, Darmpflege

2. Ernährung auf emotional-geistiger Ebene:

- Einfluss des Unterbewusstseins auf die Ernährungsgewohnheiten
Warum scheitern so oft Diäten und Ernährungsumstellungen?
Persönliche Glaubensmuster und Veränderungswerkzeuge
- Verdauung von Gefühlen / Eindrücken
Umgang mit „störenden“ Emotionen / Arbeit mit Gedankenmustern
Übungen zum Abgrenzen und „Bei-Sich-Bleiben“

3. Ernährung und Rhythmus:

- Lebensrhythmen
Tag-Nacht / Wochenrhythmus / Monatsrhythmus / Jahreslauf
- Der Atem - Schlüssel zum Lebensrhythmus
Einfluss auf die Verdauung /Atemübungen

„Wir ernähren uns mehrmals pro Tag und haben somit die Chance, uns täglich mit einer individuell angepassten, genussvollen Ernährung etwas Gutes zu tun. Dadurch steigern wir unser Wohlbefinden, unsere Vitalität und Lebenslust.“

Preis: 165,- Eur (Preis für Paare: 280,- Eur)

Freitag 15.Juni 2012 - nachmittags 14 - 19 Uhr auf Wunsch:

Austestung der individuellen Konstitution, Verdauungskraft, Darmflora und div. Allergien bei Heilpraktiker Uwe Held (Dauer: ca. 30min // Preis: 1,- Eur pro Minute - Terminvereinbarung bei Manuel Harand unter 0676-9570414)

zusammen mit Uwe Held

D - Heilpraktiker und Ernährungsberater,
lange Zusammenarbeit mit Barbara
Temelie & Hennig Müller-Burzler -
www.naturheilpraxis-held.de

