bewusst.LEBEN
Nachrichten
SAALFELDENER NACHRICHTEN SONDERTHEMA

Harmonie & Balance
Massage & Wellness +43 664 / 23 87 732
Thomas & Elisabeth Millauer 5771 Leogang 88
www.harmonie-balance.at

Für Körper, Geist und Seele

Am 29. und 30. Mai im Congress Saalfelden: Die bewusst.LEBEN Gesundheitsmesse.

SAALFELDEN. Das Thema Gesundheit beschäftigt uns tagtäglich – sie ist das höchste Gut, das der Mensch besitzt. Viele Themen dazu berühren die Menschen in diesen bewegten Zeiten. Von A wie Allergie bis Z wie Zöliakie, alle führen zu einer Beeinträchtigung des Alltags. Das enorme Tempo unseres Zeitalters und die wachsenden Anforderungen im Berufsalltag führen bei vielen Menschen zu einem Ungleichgewicht in ihrer Lebensbalance. Burnout und Energielosigkeit sind die Folge.

Die bewusst.LEBEN Gesundheitsmesse für Körper, Geist und Seele bietet den Besuchern die Gelegenheit, sich sprichwörtlich im Themenkreis GESUNDHEIT zu aalen. Fachexperten aus den verschiedensten Bereichen der Gesundheitsberufe und feinstofflichen Anwendungen – im Sinne der Hilfestellung zur Erreichung der körperlichen und energetischen Ausgewogenheit – präsentieren ihre Angebote und laden zum Schnuppern ein. Kinesiologische Anwendungen können getestet werden, Massage- und Entspannungstechniken werden live vorgeführt. Atmung, Ernährung und gesunder Schlaf bilden ebenfalls wesentliche Säulen der Gesundheit. Aus diesem Grund werden auch diese Themen während der Messetage den Besuchern näher gebracht. Wohlfühlprodukte, veredelte Produkte aus der Region und allerlei Schönes fürs Auge runden das Angebot ab. Wohlfühlen und Genuss kommen ebenfalls nicht zu kurz. Kulinarische Zauberei in Bioqualität – allround, vegetarisch und vegan: Frühstücken, brunchen oder Mittagessen – das verspricht ein Sinneserlebnis für den Gaumen!

Harmonie & Balance – Thomas Millauer auf der bewusst.LEBEN Gesundheitsmesse. BILD: PRIVAT

bewusst.LEBEN
GESUNDHEITSMESSE
für Körper, Geist & Seele
Congress Saalfelden

29. Mai 2015
11:00 Uhr Eröffnung
Messe & Vorträge
11:00 - 21:00 Uhr
EINTRITT FREI
18:30 Uhr
SYMPHONIE DER SINNE
EIN OHREN- UND AUGEN-SCHMAUS DER DIE SINNE BERÜHRT. Lassen Sie sich überraschen!
Eintritt frei

30. Mai 2015
Messe & Vorträge
09:00 - 17:00 Uhr
EINTRITT FREI
19:30 Uhr
ROBERT BETZ
WIRKLICH STARK IST NUR DER MENSCH, DER AUCH ‚SCHWACH' SEIN DARF
Eintritt € 30,00
SN-Card € 26,00

Vorverkauf: Bei allen Teilnehmern und online www.bewusstleben.cc

Tolles Programm und besondere Highlights

Die Gesundheitsmesse bewusst.LEBEN – einmal mehr mit einer großen Vielfalt an Themenkreisen.

SAALFELDEN. Es ist den beiden Veranstalterinnen Rose Harlander und Andrea Pfleger wieder gelungen, ein umfassendes Messe-Programm für die Gesundheitsmesse bewusst.LEBEN zusammenzustellen. Auch in diesem Jahr ist die Vielfalt der teilnehmenden Unternehmer im Congress Saalfelden (am 29. und 30. Mai) groß und deckt unzählige Felder im Themenkreis der Gesundheit ab.

Rose Harlander: „Besonders erfreulich ist wieder die Teilnahme des Roten Kreuzes inklusive der Hauskrankenpflege." Hier hat die Bevölkerung die Möglichkeit, sich über Ersthelfermaßnahmen und das umfassende Dienstleistungsprogramm zu informieren. Das rege Interesse im vergangenen Jahr hat gezeigt, wie wichtig es ist, die Menschen immer wieder mit den neuesten Erkenntnissen in der Ersten Hilfe und dem vielschichtigen Angebot im Pflegebereich in Berührung zu bringen.

Der Body Talk Access Trainer und Smovey-Coach Wolfgang Lienbacher aus Pfarrwerfen beim Smovey-Training mit einer jungen Messebesucherin BILD: PRIVAT

Natürlich kommt auch das Thema der körperlichen Fitness mit allen Facetten der Trainingsmöglichkeiten nicht zu kurz. Bewegung als Garant für Gesunderhaltung und als wichtige Säule für Menschen, die ihr Gewichtsmanagement verstärkt im Fokus haben.

Schönheit von innen und außen, Versorgung des Körpers mit Nährstoffen und die entsprechende Körper- und Haarpflege auf natürlicher Basis und ganzheitlich betrachtet werden ebenfalls auf der Messe dargeboten. Wohnraumharmonisierung und ergonomisch angepasste Schlafsysteme – Fachexperten informieren und geben Tipps und Tricks für die Anwender weiter. Der Erfahrungsschatz von vielen Jahren der Praxis und der Arbeit mit Klienten und Kunden wird hier transparent und für den Besucher spürbar.

Die Messe bewusst.LEBEN findet am Freitag, dem 29., und Samstag, dem 30. Mai, statt (11 bis 21 und 9 bis 17 Uhr).

G´sundes Pferdegeflüster für Mensch und Tier

Wie Pferde die Gesundheit unterstützen können, stellt Wolfgang Berger vom Verein „Pferdegefluester-Pinzgau" auf der diesjährigen Gesundheitsmesse vor. Es wird nach den Prinzipien des Natural Horsemanship gearbeitet, ein besonderes Detail dabei: es wird ohne Trense und meist ohne Sattel geritten, was eine noch intensivere Kommunikation zwischen Pferd und Reiter ermöglicht. Durch die dreidimensionale Rückenbewegung des Pferdes wird der Mensch körperlich, emotional, geistig und sozial angesprochen. „Trampolin, Terrabänder und Gymnastikball sind wichtige Begleiter bei meinen Reiteinheiten." Wie Bodenarbeit zur Selbsterfahrung jedes Einzelnen beitragen kann, erfährt man direkt am Messestand.

„Wenn wir verstehen können, was es heißt, ein Pferd zu sein und wie ein Pferd zu reagieren, dann können wir eine produktivere Beziehung zu Pferden aufbauen." BILD: PRIVAT

Mobiles Pferdegeflüster

Die Vermittlung des artgerechten Umgangs mit Pferden nach den Regeln des Natural Horsemanships steht für Wolfgang Berger auch vor Ort, in vertrauter Umgebung bei den Pferdebesitzern im Mittelpunkt. Dabei ist die Bodenarbeit ein wichtiger Bestandteil. Auch bei so genannten „Problempferden" unterstützt der erfahrene Horseman z. B. mit Verladetrainings, Hilfestellung bei Ängsten oder Problemen mit Sätteln.

www.pferdegefluester.at

ANZEIGE

Die Kinesiologie beinhaltet Methoden zur „Stressablöse". Bild: Stärz

Leben im Fluss

Kinesiologie geht davon aus, dass der Körper selbst sehr gut weiß, was ihm hilft. Stress abbauen, Leistungsfähigkeit erhöhen, Blockaden lösen.

SAALFELDEN. Mit Hilfe des Muskeltests ist es möglich, Stressfaktoren sowohl auf der Körperebene als auch auf der emotionalen und biochemischen Ebene aufzuspüren und diese auszugleichen.

Kinesiologen nennen diesen Vorgang das „Balancieren". In der kinesiologischen Sitzung werden bestimmte Punkte am Körper durch Akupressur aktiviert und der Selbstheilungsreflex des Körpers angeregt.

Immer mehr Menschen suchen den Weg zum Kinesiologen, da sie merken, wie sehr sich Dauerstress auf ihre eigenen Energie-Akkus auswirkt. Sie fühlen sich leer und energielos.

Die Kinesiologie bietet ein perfektes Werkzeug um aufzuzeigen, wo sich im Körper Blockaden aufgebaut haben. Hier wird gezielt angesetzt und gearbeitet. Kunden berichten, dass Kinesiologie ihnen im großen Maße hilft Stress „abzuladen" und sich wieder entspannter zu fühlen. Diese Mechanismen wirken bis ins Unterbewusste. Der Klient schafft es leichter loszulassen und kann sich selbst besser wahrnehmen. Eine Studie der Wissenschafts-Agentur an der Universität Salzburg ergab, dass sich bei einer Vielzahl der befragten Klient/innen das Wohlbefinden nach einer Sitzung verbessert hat. Die Klient/innen fühlten sich danach energiereicher, aktiver, offener, mutiger und geselliger.

Die Kinesiologie ist in vielen Bereichen anwendbar:

- bei Lern- & Konzentrations-Problemen
- Prüfungsstress
- Motivationsproblemen
- Müdigkeit und Energiemangel
- spannungsbedingte Beschwerden
- Schlafunregelmäßigkeiten
- Gemütsverstimmungen – und noch vieles mehr.

Mitglieder der ARGE Professionelle Kinesiologie haben eine fundierte Ausbildung mit laufenden Weiterbildungen. Wir sind auf der bewusst.Leben Gesundheitsmesse als Aussteller im Congress Saalfelden vor Ort und informieren Sie gerne direkt am Stand. Genießen Sie eine Schnupper-Balance. Ein Besuch lohnt sich!

KINESIOLOGINNEN IN IHRER NÄHE:

BRUCK/GLSTR.
Susi Moosmann
0650 / 58 24 908

FIEBERBRUNN
Hans Pichler
0664 / 75 04 06 06

LEOGANG
Monika Pichler
0650 / 52 03 036
Hans Pichler
0664 / 75 04 06 06

MITTERSILL
Theresia Schifferegger
0664 / 50 39 838

NIEDERNSILL
Manuela Kremser
0660 / 57 75 632
Elfriede Rattensberger
0676 / 87 89 58 66

PIESENDORF
Christine Bachmaier
0676 / 61 11 991

SAALFELDEN
Uschi Hamza
0650 / 90 99 197
Monika Imlauer
0 65 84 / 76 57
Ulrike Untermoser
0664 / 16 25 873
Brigitte Queder
0676 / 75 42 482
Silvia Zirm
0676 / 77 41 077

ZELL AM SEE
Doris Stärz
0664 / 42 21 234

Weitere Informationen und Kontakt:
www.professionelle-kinesiologie.at

Das Stimmkarussel bei der Messe: Heidi Aghiera bei Atemübungen.

Irmgard Oberhauser bietet Ringana an.

Bettenspezialist und Innenraumplaner Markus Gonaus informiert.

Naturfriseurin Elisabeth Pichler bei der Arbeit.

BILDER: PRIVAT

BSVS
BLINDEN- UND SEHBEHINDERTENVERBAND
SALZBURG

Schmiedingerstraße 62 | 5020 Salzburg
Tel.: +43 (0)662 43 16 63 | Mail: sekretariat@bsvs.at
www.bsvs.at

ER IST BLIND.
SIE IST SEHBEEINTRÄCHTIGT.
DOCH WIR SIND DA.

Als einzige Salzburger Selbsthilfeorganisation für Blinde und Sehbehinderte schaffen wir Hindernisse aus der Welt. Gemeinsam mehr sehen.

Wir freuen uns über Ihre Spende – vielen Dank!
IBAN: AT07 2040 4000 4023 3785

Robert Betz auf der Messe „bewusst.LEBEN“

SAALFELDEN. Robert Betz ist Psychologe und Bestsellerautor. Am Samstag, dem 30. Mai, ist er auf der Gesunheitsmesse bewusst.LEBEN im Congress Saalfelden vertreten. Unter dem Motto „Wirklich stark ist nur der Mensch, der auch schwach sein darf. Der Weg aus Erschöpfung, Krankheit und anderen Zuständen des Mangels“ hält er ab 19.30 Uhr einen Vortrag. Bereits um 17 Uhr findet im Säulenfoyer des Congress ein Verkauf seiner Vortrags- und Meditations-CDs sowie seiner Bücher statt.

Die Veranstalterinnen Andrea Pfleger und Rose Harlander mit dem Psychologen Robert Betz, der in Saalfelden einen seiner Vorträge halten wird (Samstag, 30. Mai, ab 19.30 Uhr).

BILD: PRIVAT

bewusst.LEBEN: Messe für den guten Zweck

Die Interessengemeinschaft bewusst.LEBEN setzt sich mit den Einnahmen aus den Messen für soziale Einrichtungen in der Region ein.

SAALFELDEN. Besonders hervorzuheben ist, dass die bewusst.LEBEN Gesundheitsmesse keine kommerzielle Messe im herkömmlichen Sinne ist – sagen die Veranstalterinnen Rose Harlander und Andrea Pfleger: „Eines war von Anfang an klar: Die Gesundheitsmessen sind getragen vom gemeinsamen Tun der Teilnehmer und dem Charitygedanken!“

Die Interessengemeinschaft für bewusst.LEBEN bietet als gemeinnütziger Verein dazu die optimale Plattform. Mit dem Output aus den Messen, die im Wechsel bis zu zwei Mal im Jahr im Salzburger Land stattfinden, können Personen und Institutionen unterstützt werden. Es wird rasche und unkonventionelle Hilfe geleistet, wo Not am Manne oder an der Frau ist.

Im vergangenen Jahr konnten bereits mit Bürgermeister Erich Rohrmoser und Andrea Kupfner von der Stadtgemeinde Saalfelden Projekte initiiert werden. Auch für Tina Widmann, die mit ihrem engagierten Team im Pinzgau viele Projekte startet und begleitet, gab es bereits bei einem ihrer Projekte im Pinzgau tatkräftige Unterstützung durch den Verein.

„Es freut mich als Obfrau des Vereins immer wieder besonders, wenn wir hier einen Beitrag für Menschen leisten können, der einen kleinen weiteren Schritt in ihrem Leben erleichtert und auch dem Umfeld gut tut“, schildert Rose Harlander, wenn sie von Projekten spricht und über die Freude jener Menschen berichtet, denen geholfen werden konnte.

Andrea Pfleger: „Unterstützen Sie durch den Besuch der Veranstaltung und den Kauf von Eintrittskarten für die Abendveranstaltung mit Robert Betz unser soziales Engagement in der Region. In unserem unmittelbaren Umfeld gibt es genug zu tun, regionale Anfragen liegen bereits vor.“

bewusst.LEBEN hilft in der Region (v.l.): Bgm. Erich Rohrmoser, Andrea Pfleger, Congress-Geschäftsführer Alfred Wieland, Rose Harlander und Andrea Kupfner.

BILD: PRIVAT

markus gonaus
IDEEN.reich am christerngut
Ihr Spezialist im Schlafbereich · Zertifizierter Schlafberater

- Zirben-Betten und Schlafsysteme: **Alles ökologische Naturprodukte**
- ProNatura Schlafsystem
- Huesler Nest Schlafsystem
- Dormiente Matratzen und Betten
- Weiters Parkettböden von Bauwerk & Hafo & weitere namhafte Produkte, dazu Küchen von Nobilia / Alno / Nolte…

Daheim Altern
24 Stunden Betreuung und Vermittlung

Einmal im Leben kommt die Zeit, wo sich die Rollen tauschen und Kinder sich um Eltern kümmern sollen.

Eine Unterstützung in diesem Sinne bieten wir Ihnen direkt aus Leogang auf verschiedene Arten, in einer Person: Hausdame, Gesellschafterin, Heimhelferin, Betreuerin, Pflegerin, Krankenschwester.

Gerne beantworten wir Ihnen in einem unverbindlichen Gespräch alle Fragen zur 24 Stunden Betreuung daheim, Kurzzeit- und Übergangspflege und finanzielle Förderungen für die Pflege.

Qualifizierte Pflege
mit Herz, für jeden leistbar.

Dr. Zelmira Nickel

Sinning 55/2 · 5771 Leogang
Tel. +43 664 179 19 42
office@daheimaltern.at
www.daheimaltern.at