

SCAN 2000

Der unabhängige Antikörper-Check für Geimpfte und Ungeimpfte

Viele Menschen spüren seit der Pandemie Veränderungen in ihrer Gesundheit: Müdigkeit, Brainfog, Infektanfälligkeit, Entzündungen. Doch woher kommen diese Symptome? Wie stark reagiert Ihr Immunsystem noch auf das Spike-Protein - Monate oder Jahre nach einer Impfung? Und können auch Ungeimpfte betroffen sein?

Das Projekt SCAN 2000 will Antworten liefern.

In einem unabhängigen Rahmen - **ohne pharmazeutische Interessen** - wird Ihr **IgG-Antikörperspiegel gegen das Spike-Protein gemessen**. Das Ziel: ein realistisches Bild der Immunitätslage in der Bevölkerung der DACH-Region zu erfassen - bei Geimpften, Ungeimpften und Menschen mit Shedding-Symptomen.

Schon Werte über 400 BAU können auf eine anhaltende Spike-Belastung hinweisen. Ab 1000 BAU steigt das Risiko für chronische Entzündungen, Spikopathien, Herz-Kreislauf-Probleme und mehr. Doch mit der richtigen Begleitung kann der Körper unterstützt werden - z. B. durch gezielte Entgiftung, Stoffwechselaktivierung und naturheilkundliche Ansätze wie **Methylenblau, CDL, Zeolit oder Mikronährstoffe**.

SCAN 2000 verbindet medizinisch fundierte Analyse mit naturheilkundlicher Praxis.

Holen Sie sich Klarheit: Wie stark sind Sie noch belastet? Was sagt Ihr IgG-Spiegel? Und welche nächsten Schritte sind sinnvoll?

Jetzt Termin vereinbaren bei **Sandra Späni**: +41 55 610 28 48

Oder direkt per E-Mail: **sandrakrieg@bluewin.ch**

Projekt SCAN 2000 - Messung des IgG Antikörper Spiegels Corona - Immunitätscheck

Ziel

- Abschätzung des prozentualen Anteils potentieller Impfschäden in der Bevölkerung in der DACH Region
- Messung an « Normalen» Menschen unabhängig von der Pharmaindustrie
- Selbstfinanziert und unabhängig

Argumente zum Testen

- hat die Impfung gewirkt?
- Wie lange sind Antikörper auf Spikeproteine im Blut?
- Haben Ungeimpfte auch Spikes AK im Blut?

IgG Spiegel

- Nach spätestens 1Jahr sollten keine hohe AK Titer bei Geimpften mehr im Blut sein
- BAU: (binding Anitbody Unit)
- Ab 40 - 384 BAU - Ausreichende Immunität
- Ab 400 - 1000 BAU Spikopathie oder Shedding

Kontrollmessung in 6Monaten

- Ab 1001 - 2000 BAU schwere SarsCov-2 Infektion oder verbleibende Produktion von Spikes im Körper

Kontrollmessung in 4-6 Wochen

- Gefahr von Thrombosen und Herzschäden
- Spikopathie und chronische Entzündung vorhanden

Ungeimpft

- Normalwerten zwischen 50 - 400 BAU
- **Sheddingopfer** haben meist stark erhöhte, teilweise über 3000 BAU
- Erste Sheddingsymptome ab 700 BAU

Symptome von Shedding

- Niesen, Übelkeit, Durchfall, Husten, Veränderungen im Blutbild, Ausschläge, Rückenschmerzen, Infekte, Brainfog, Schweissausbrüche ect.

Was ist Shedding

- Die Modifizierte RNA wurde technisch in Nano-Lipidpartikel verpackt - damit sie überhaupt durch die fetthaltige Zellmembran in die Zelle gelangen kann.
- Dort veranlasst die RNA die Zellen Spike Proteine zu bilden.
- Diese Spike Proteine (Eiweisskörper) werden dann dem Körper präsentiert und dieser bildet darauf Antikörper.
- Die Modifizierte RNA wird in der Leber entsorgt und die Lipidhülle wird entfernt - die Leber macht eine körpereigene Hülle darum.
- Die nun entstandenen Partikel heissen Exosomen.
- Die Exosomen werden von geimpften Menschen ausgeschieden (über Schweiss, Atem, Speichel, Körperflüssigkeit)
- Wenn jemand, Ungeimpft, die Exosomen einatmet, ist er relativ schnell krank (innerhalb 1-3 Tage) es entsteht eine «Pseudoallergie»

CARPA Reaktion

- Es handelt sich um Komplement aktivierte Pseudoallergien
- Nicht vorhersehbar
- Nicht testbar
- Können schnell und langsam eintreten
- 5-45% der Menschen reagieren mit einer Carpra Reaktion auf «Nanopartikel»
- 2% der Menschen auf Penicillin (ähnliche Reaktion)
- Bei dieser Carpra Reaktion bildet der Körper auch IgG AK!!
- Reduktion des AK- Spiegel meist nach ca. 1Monat wenn keine weitere Exposition zu Ausscheidenden stattgefunden hat
- 50% der Geimpften scheiden nach 2Jahren noch Spikes oder Exosomen aus.
- Es kommt zu Schäden in den Blutgefässen, am Herzen,
- Bindung der Spikes an ACE-2Rezeptoren (diese befinden sich in Fettgewebe, Nieren, Herz) macht dort Entzündungen.
- Mitochondriopathie entsteht (die Kraftwerke der Zellen und Körpers können nicht mehr arbeiten. Es entsteht ein Energiemangel auf allen Ebenen).
- Die Lipidnanopartikel können auch die Blut-Hirn-Schranke überwinden und dadurch ist eine Spikeproduktion im Gehirn möglich = chronische Entzündung - Untergang von

Hirngewebe = Barin Fog etc.

Individuelle Behandlungsmöglichkeiten werden bei der Testung aufgezeigt.



Kontakt & weitere Informationen

Sandra Späni, Seidenstrasse 33, CH- 8868 Oberurnen

sandrakrieg@bluewin.ch Tel.: +41 55 610 28 48

Bei telefonischer-Beratung werden pro 15 Min. CHF 23.- in Rechnung gestellt

PDF ausdrucken und verteilen:

[PDF erstellen](#)

Reformprogramm des Gesundheitssystems - Prävention und kausale Therapie

Ein notwendiger und umfassender Reformansatz für körperliche, psychische und soziale Gesundheit unserer Gesellschaft

Autor: Priv.-Doz. Dr. Michael Nehls, Dezember 2024 ([Artikel erschien zuerst auf seiner Webseite](#))

Inhaltsverzeichnis

[1. Allgemeine Grundsätze](#)

[1.1. Vorrang der artgerechten, krankheitsvorbeugenden und kausaltherapeutischen Lebensweise](#)

[1.2 Systemischer Ansatz statt Reduktionismus](#)

[1.3 Die Gesetze des Minimums und des Maximums als Fundamente einer präventiven Medizin](#)

[1.4 Achtung der persönlichen Autonomie](#)

[1.5 Bekämpfung von Unternehmenskorruption](#)

[1.6. Krankheitsprävention und Schutz vor pharmazeutischer Intoxikation](#)

[2. Konkrete Präventionsmaßnahmen und -strategien](#)

[2.1 Eigenverantwortung fördern und stärken](#)

[2.2 Reform der industriellen Einflussnahme auf die Politik, Forschung, Lehre und das öffentliche Leben](#)

[2.3 Reform des Krankenkassen- und medizinischen Vergütungssystems / Krankenkassen werden zu Gesundheitskassen](#)

[2.4 Reform medizinischer und allgemein heilberufliche Studiengänge bzw. Lehrpläne](#)

[2.5 Gesetzliche Maßnahmen zum Schutz der Bevölkerung](#)

[3. Abschlussbemerkungen](#)

1. Allgemeine Grundsätze

1.1. Vorrang der artgerechten, krankheitsvorbeugenden und kausaltherapeutischen Lebensweise

Die moderne Medizin hat enorme Fortschritte gemacht. Insbesondere in der medikamentösen Akutbehandlung, aber auch in der chirurgischen Traumatologie. Die Lösung des enormen und ständig wachsenden Problems der sogenannten Zivilisationskrankheiten muss jedoch scheitern. Der Grund dafür liegt in einem grundlegenden, globalen Systemfehler: Multikausale Probleme sind nicht monokausal und schon gar nicht durch symptomatische Interventionen zu lösen - diese verschärfen das

Problem sogar, weil sie es nur verschleiern und gleichzeitig aus Marktinteressen fördern (müssen). Hier kann nur ein multikausaler Ansatz, d. h. die Rückkehr zu einer artgerechten Lebensweise unter modernen Bedingungen und mit modernen Methoden sowie die Förderung einer gesundheitsbewussten Gesellschaft, in der die Befähigung zur Eigenverantwortung gefördert und unterstützt wird, die Lösung sein.

1.2 Systemischer Ansatz statt Reduktionismus

Multikausale Gesundheitsprobleme, zu denen alle Zivilisationskrankheiten (Depressionen, Angstsyndrome, Alzheimer, Stoffwechsel- und Herz-Kreislauf-Erkrankungen etc.) sowie viele Entwicklungsstörungen insbesondere neuropsychiatrischer Art (Autismus, Schizophrenie, bipolare Störung etc.) gehören, stellen die größte Herausforderung und zugleich die größte Chance für eine präventive und kausaltherapeutische Lösung dar.

- Sie stellen über 90 Prozent aller chronischen Erkrankungen
- Sie sind grundsätzlich nicht medikamentös zu kurieren
- Sie bieten die größte Chance auf effektive Prävention und kausale Therapie

Prävention und Therapie multikausaler Erkrankungen erfordern einen systemischen Ansatz, der Umweltfaktoren, Vitalstoffmängel und Lebensstil gleichermaßen berücksichtigt. Die Suche nach einem einzelnen entscheidenden Faktor mag im Einzelfall möglich und in der Praxis durchaus sinnvoll sein, in Studien sind jedoch multikausale Ursachenforschung und Therapieansätze auf der Basis systemischen Denkens und Handelns erforderlich. Aufgrund des multikausalen Charakters müssen klassische monokausale Interventionsstudien nach pharmazeutischen Prinzipien in der Regel scheitern und kommen daher nicht infrage.

Ziel muss es sein, den menschlichen Organismus in die Lage zu versetzen, auf äußere und innere Einflüsse, die sein System aus dem Gleichgewicht bringen, zu reagieren. Es geht also darum, seine natürliche Fähigkeit zur gesunden homöostatischen Regulation zu stärken und damit das Risiko einer akuten Lebensbedrohung (z.B. durch eine an sich harmlose Infektion) oder einer chronischen Manifestation (z.B. posttraumatische Belastungsstörung durch eine an sich überwindbare Stresssituation) zu minimieren. Es gelten die Gesetze des Minimums und des Maximums.

1.3 Die Gesetze des Minimums und des Maximums als Fundamente einer präventiven Medizin

Das „Gesetz des Minimums“ ist eines der wichtigsten Grundgesetze allen Lebens und muss daher die Basis eines systemischen (artgerechten) Lebens- und Gesundheitsprogramms

sein, das tatsächlich der Entwicklung und dem Erhalt der Gesundheit dient. Das Gesetz des Minimums besagt, dass die menschliche Entwicklung und die Erhaltung der Gesundheit durch einen gravierenden Mangel an einem lebenswichtigen Faktor beeinträchtigt werden. Folgerichtig kann ein gesundheitsschädigender Mangel an einem lebensnotwendigen Vitalstoff wie auch an jedem anderen für ein artgerechtes menschliches Leben essentiellen Element (wie Lebenssinn, Körperlichkeit, soziale Integration, Schlaf usw.) nicht durch ein anderes ausgeglichen werden. So kann z.B. ein Mangel an essentiell Vitamin D3 nicht durch eine erhöhte Zufuhr von essentiell Jod oder Selen kompensiert werden. Dies ist aber auch durch eine pharmakologische Intervention nicht möglich, d.h. sämtliche Zivilisationskrankheiten, die im Wesentlichen auf eine nicht artgerechte Lebensweise zurückzuführen sind, können niemals medikamentös geheilt werden, was das gesamte derzeitige Gesundheitskonzept ad absurdum führt.

Das „Gesetz des Maximums“ kommt zum Tragen, wenn schädigende bzw. toxische Einflüsse akut oder chronisch die homöostatische Regulationsfähigkeit des Organismus überfordern. Dies führt entweder zu akuter Lebensgefahr oder zur Entwicklung chronischer Krankheitsbilder bzw. den klassischen, vermeintlich unvermeidbaren Zivilisationskrankheiten. Beispiele sind chronischer Stress oder die Überlastung durch Umweltgifte, wenn sie die kybernetischen Regulationsmechanismen des biologischen Systems Mensch überfordern.

Ohne die ursächliche Beseitigung aller gesundheitsgefährdenden Minima oder Maxima, zumal sie uns synergistisch schädigen (bei Mangelzuständen werden weniger toxische Belastungen toleriert und umgekehrt, toxische Belastungen verstärken die Mängel), ist eine gesunde körperliche und geistige Entwicklung bzw. Gesunderhaltung erschwert oder erst gar nicht möglich. Darüber hinaus gilt: Medikamente wirken aufgrund des Gesetzes des Minimums bestenfalls symptomatisch, aber nicht heilend (die Ausnahme bestätigende Regel sind solche, die tatsächlich ein Defizit korrigieren, wie bspw. Insulin bei Typ-1-Diabetikern, auch wenn auch hier die Grundkrankheit nicht wirklich geheilt wird). Symptomatische Medikationen chronifizieren und fördern jedoch den ungesunden Status quo, weil durch Kaschierung der Symptomatik die Gesetze von Minimum und Maximum im Leben und in der ärztlichen Praxis keine Anwendung finden (warum sollte jemand die Ursachen der Erkrankung durch eine Lebensstiländerung beseitigen, wenn ein Rezeptblock genügt?).

1.4 Achtung der persönlichen Autonomie

Eine menschenwürdige Gesundheitspolitik, die die natürlichen Bedürfnisse des Menschen in den Mittelpunkt stellt, ist ohne die Achtung der Menschenwürde undenkbar. Dazu gehört das uneingeschränkte Recht auf eine selbstbestimmte Lebensführung und damit auch die

Möglichkeit, sich aus freien Stücken für eine ungesunde Ernährung oder Lebensweise zu entscheiden. Es muss aber sichergestellt sein, dass jeder Mensch über die entscheidenden Faktoren informiert ist und die konkrete Möglichkeit hat, sein Leben danach auszurichten, wann immer und in welchem Umfang er diese Entscheidung trifft.

1.5 Bekämpfung von Unternehmenskorruption

Ein wesentlicher Grund für das Versagen bei der Prävention und Therapie von Zivilisationskrankheiten (wozu auch die vermeintliche Präventionsstrategie gegen Infektionskrankheiten durch flächendeckende Impfprogramme gehört) ist ein gravierender Missetand in der Gesundheitspolitik, nämlich der Einfluss profitorientierter Unternehmen auf Gesundheitsbehörden und Regulierungsgremien. Dieser Einfluss führt häufig dazu, dass wissenschaftliche Erkenntnisse zugunsten wirtschaftlicher Interessen ignoriert oder korrumpiert werden. Die pharmazeutische Industrie hat in den letzten Jahrzehnten Gesundheitsbehörden, Kontrollinstanzen und politische Entscheidungsträger gewonnen, das heißt sie hat diese (fast) vollständig unter ihre Kontrolle gebracht. Beispiele wie der gentechnisch veränderte „Impfstoff“ gegen COVID-19 zeigen, dass Sicherheitsstudien nicht unabhängig durchgeführt werden, die behördliche Kontrollen nicht nur nicht kontrollieren, sondern rein im Dienst der Industrie und gegen die Interessen der Bevölkerung agieren. Zum Schutz der öffentlichen Gesundheit ist es daher unerlässlich, dass die industrielle Einflussnahme auf Staat und sämtliche staatlichen Behörden mit sofortiger Wirkung beendet wird.

1.6. Krankheitsprävention und Schutz vor pharmazeutischer Intoxikation

Unsere Kultur ist geprägt von den Interessen der Pharmaindustrie, welche mittels einer vielschichtigen Propaganda eine falsche Annahme über die menschliche Natur tief in unsere Gehirne pflanzt: „Der Mensch ist eine Fehlkonstruktion.“ Krankheit ist demnach unvermeidbar, und diese Fehleinschätzung wird perfiderweise dadurch bestätigt, dass eine artgerechte und damit krankheitsvermeidende Lebensweise abgelehnt oder als absurd abgetan wird. Die Bereitschaft, Eigenverantwortung zu übernehmen, ist entsprechend eingeschränkt („Warum den Lebensstil ändern, wenn er keinen Einfluss hat?“); dies zeigt überdeutlich, dass der Weg zu einer neuen Gesundheitskultur vor allem durch Aufklärung geebnet werden muss. Das Dogma der Pharmaindustrie, mit dem auch und gerade angehende Ärztinnen und Ärzte an den medizinischen Fakultäten indoktriniert werden, besteht aus fünf Lehrsätzen oder Axiomen – unbeweisbare oder unbewiesene, schlicht vorausgesetzte Grundannahmen, die nicht mehr hinterfragt werden müssen:

1. Krankheit wird als natürlicher Prozess betrachtet, der mit zunehmendem Alter

symptomatisch wird.

2. Die Neigung zu einer bestimmten Erkrankung wird in den Genen, die wir geerbt haben, vermutet (darin besteht die „Fehlkonstruktion“).
3. Demgemäß wird dem Lebensstil so gut wie kein Einfluss auf die Gesundheit zuerkannt. Die Supplementierung von Vitalstoffen, auch wenn sie in der Ernährung fehlen, wird daher als Geldverschwendung gewertet oder wird sogar als gesundheitsgefährdend dargestellt.
4. Die Frage zu beantworten, welche Krankheit schließlich ausbricht (Krebs, Alzheimer, Diabetes oder Ähnliches) und letztendlich das Leben beendet, wird nur dem Zufall (bzw. dem Roulette des Lebens) überlassen.
5. Folglich, so die Vertreter dieser Axiome, kann lediglich die pharmazeutische Forschung mit ihren künstlichen Medikamenten vor Leiden und vorzeitigem Tod bewahren.

Im transhumanistischen Denken wird letztlich sogar die Abschaffung des Todes selbst mittels Technologie angestrebt. Es müsste auch die Vertreter dieser Ansichten nachdenklich stimmen, dass solche hehren Absichten viel zu oft das genaue Gegenteil bewirken:

Während nämlich die Zahl vermeidbarer Krankheiten rapide ansteigt, sterben allein in den USA jedes Jahr schätzungsweise 882.000 Menschen an den Folgen von verschreibungspflichtigen Medikamenten (häufigste Todesursache), einschließlich Psychopharmaka (dritthäufigste Todesursache) und Schmerzmitteln (Quelle). Diese alarmierende Zahl vermeidbarer Todesfälle unterstreicht die Dringlichkeit, natürlichen und naturnahen Behandlungsansätzen Vorrang einzuräumen, die Verschreibung von Medikamenten auf das absolut Notwendige zu beschränken, unabhängige Überwachungsmechanismen einzuführen und die Aufklärung über gesunde Lebensweisen und wirksame nichtmedikamentöse Alternativen zu verstärken – kurz: Wir brauchen wieder eine Kultur des Vertrauens in die Selbstheilungskräfte des Körpers, die es zu unterstützen, nicht zu ersetzen gilt.

Darüber hinaus müssen alle wissenschaftlichen Studien und Zulassungsverfahren von industrieunabhängigen Wissenschaftlern überprüft werden – bei Produkten, die bereits auf dem Markt sind, müssen nachträglich industrieunabhängige Studien durchgeführt werden. Nur wirklich notwendige und sinnvolle Gesundheitsmaßnahmen dürfen weiterhin empfohlen und finanziert werden, alles andere muss gestrichen werden. Die frei werdenden Mittel müssen in Maßnahmen der Krankheitsprävention und der kausalen Therapie fließen. Um das Risiko gefährlicher Medikamente zu minimieren, müssen die Hersteller uneingeschränkt für ihre Produkte haften.



2. Konkrete Präventionsmaßnahmen und -strategien

2.1 Eigenverantwortung fördern und stärken

Die Rückkehr zu artgerechten Lebensbedingungen unter modernen Vorzeichen ist entscheidend für die Prävention von multikausalen Zivilisationskrankheiten, die den einzelnen Betroffenen, seine Familie und die gesamte Gesellschaft unnötig belasten. Da sie aus einer nicht artgerechten Lebensweise resultieren, erfordert dies eine grundlegende Umstrukturierung des derzeitigen Gesundheitssystems, das im Dienste industrieller Interessen nicht die Gesundheit, sondern die Krankheit fördert. Die zunehmende Übermedikalisierung zeigt hingegen, dass Krankheiten immer häufiger mit einseitigen medikamentösen Strategien behandelt werden, anstatt die Ursachen ganzheitlich anzugehen. Dies unterstreicht die Dringlichkeit, systemische Ansätze und natürliche Alternativen stärker zu fördern.

Gesundes Verhalten und Gesundung lassen sich nicht delegieren, sie liegen in der

Verantwortung jedes Einzelnen. Ziel des Programms ist es jedoch, die Bevölkerung an dieses Selbstverständnis heranzuführen und zur Eigenverantwortung zu befähigen, ohne sie zu bevormunden:

- Ein Selbstbild des Menschen fördern, das die Kompetenz zur Selbstheilung und Gesunderhaltung - unter artgerechten Bedingungen - umfasst.
- Medienkompetenz fördern: Menschen befähigen, Fakten von Meinungen zu unterscheiden und manipulative Narrative zu erkennen.
- Aufklärungskampagnen, um die Bedeutung einer ausgewogenen Nährstoffversorgung in der Bevölkerung zu verankern und Wege aufzuweisen, wie diese individuell und auf freiwilliger Basis sichergestellt werden kann; evtl. Subventionierung essentieller Vitalstoffe (z.B. der Algenöl-Produktion)
- Mentale Resilienz stärken: Programme zur Stressbewältigung, emotionalen Intelligenz und kritischen Selbstreflexion sind zentrale Bestandteile.
- Den Einzelnen in seiner Eigenverantwortung stärken: Zugang zu Gesundheitsinformationen und -diensten erleichtern, um individuelle Entscheidungen zu stärken. Schulungen zur Stressbewältigung und Konfliktlösung.
- Präventionsmaßnahmen umfassen auch soziale und emotionale Gesundheit.
- Gemeinschaft stärken: Initiativen zur Förderung sozialer Netzwerke und Kooperation.
- Hoffnung und Zukunftsfähigkeit schaffen: Aufklärung über die Möglichkeit einer gesünderen und gerechteren Gesellschaft.

Solidarität leben: Auch wenn viele Zivilisationskrankheiten durch Prävention vermeidbar sind, bleibt die solidarische Krankenversicherung ein unverzichtbarer Pfeiler des Gesundheitswesens. Sie gewährleistet einen menschenwürdigen Schutz aller Bürger, unabhängig von ihren individuellen Entscheidungen. Langfristig werden die Beiträge sinken, da eine gesundheitsbewusstere Bevölkerung zu geringeren Krankheitskosten führt und sich Therapieansätze stärker an ihrer tatsächlichen Wirksamkeit - und nicht an kurzfristigen Profitinteressen - orientieren.

- Aufklärungskampagnen und Vorbildprogramme in Schulen und Betrieben, um das verloren gegangene Bewusstsein für eine natürlichere Lebensweise zu entwickeln. •
- Natürlichkeit in der Ernährung
 - *Subventionen für Bio-Lebensmittel und den nachhaltigen Anbau. Pestizide und andere Chemikalien, die die Umwelt belasten, sollten schrittweise und schnellstmöglich verboten werden.*
 - *Schädliche Zusatzstoffe wie bspw. Aluminium, Transfette und Glukose-Fruktose-Sirup etc. sollen durch gesunde Alternativen ersetzt werden. Subventionen für ungesunde Lebensmittel wie Zucker sowie stark verarbeitete Produkte müssen*

abgeschafft werden.

- *Es ist von entscheidender Bedeutung, den Einsatz von Antibiotika sowohl in der Tierhaltung als auch in der Medizin zu reduzieren. Dies ist eine notwendige Maßnahme, um die Entstehung resistenter Bakterien zu verhindern, welche eine erhebliche Gefahr für die öffentliche Gesundheit darstellen.*
 - *Verbraucher müssen richtig informiert werden. Sie müssen wissen, was in einem Lebensmittel steckt und wie es hergestellt wurde. Nur so können sie gute Entscheidungen für ihre Gesundheit treffen. Täuschung und irreführende Werbeversprechen dürfen nicht erlaubt sein.*
- Flächendeckende freiwillige, jedoch durch Krankenkassen (die dann tatsächlich Gesundheitskassen wären) finanzierte Diagnoseangebote von Nährstoffmängeln durch standardisierte Bluttests für essenzielle Mikronährstoffe (25-Hydroxy-Vitamin D3, aquatische Omega-3-Fettsäuren, Vitamin B12, essentielle Spurenelemente wie Magnesium, Jod, Lithium etc.).
 - Bewegung und Naturkontakt: Intensivere Förderung von Aktivitäten im Freien, etwa durch kommunale Sport- und Freizeitprojekte, um Bewegung zu einem festen Bestandteil des Alltags zu machen; natürlich auch in Kindergärten, Schulen und als berufliche Ausgleichsangebote

2.2 Reform der industriellen Einflussnahme auf die Politik, Forschung, Lehre und das öffentliche Leben

Ziel ist die Transparenz und Unabhängigkeit der Politik von den Interessen der Pharmaindustrie, denn der Auftrag der Volksvertreter steht dem der Pharmaindustrie und der von ihr abhängigen Organisationen diametral entgegen. Gewählte Volksvertreter sollen zum (gesundheitlichen) Wohl ihrer Wähler handeln. Die Industrie hingegen sieht sich in erster Linie ihren Aktionären verpflichtet, wobei die Pharmaindustrie von einer chronisch kranken Bevölkerung profitiert. Ohne wirksame politische Regulierung bleibt eine echte Reform der Gesundheitspolitik unmöglich.

- Aufdecken des Einflusses von Unternehmen auf Politiker und Regulierungsbehörden sowie strafgesetzliche Unterbindung von staatlicher Lobbyarbeit für Unternehmen (Trennung von Volksinteressen und Unternehmensinteressen)
 - *Einflussnahme Dritter auf das staatliche Gesundheitswesen sind ausnahmslos zu beenden. Dazu gehört ein sofortiger Austritt aus der WHO und Aufkündigung sämtlicher Verträge, wie bspw. der Internationalen Gesundheitsvorschriften, da niemand einer souveränen Bevölkerung vorschreiben darf, wie sie sich in*

Gesundheitsfragen zu verhalten hat.

- Schaffung von Strukturen für Rechenschaftspflicht
 - *Einrichtung eines unabhängigen Kontrollgremiums zur Offenlegung und Begrenzung des Einflusses von Unternehmensgeldern in der Politik*
 - *Einführung verpflichtende Karenzzeiten zur Vermeidung des sogenannten Drehtüreffekts oder sogar Einführung eines Verbotes des Wechsels zwischen öffentlichen Institutionen und thematisch verwandten privaten Organisationen*
 - *Schaffung von mehr Integrität durch transparente Offenlegungspflichten beruflicher Verbindungen und die Überwachung durch ein unabhängiges Kontrollgremium*
- Abgesehen von unabhängigen Informationsangeboten zu medizinischen Produkten, die im Sinne der Eigenverantwortlichkeit des Patienten natürlich sichergestellt werden müssen, darf keine kommerzielle Werbung für medizinische Produkte im öffentlichen Leben betrieben werden.
- Vollständige Offenlegung aller finanziellen Zuwendungen und politischen oder industriellen Einflüsse bei der Veröffentlichung wissenschaftlicher Arbeiten oder öffentlichen Auftritten mit dem Ziel der Transparenz und der objektiven Beurteilung. Ahndung von Verstößen als Straftaten, da die menschliche Gesundheit auf dem Spiel steht.

2.3 Reform des Krankenkassen- und medizinischen Vergütungssystems / Krankenkassen werden zu wahrhaftigen Gesundheitskassen

- Höhere Vergütung präventiver Maßnahmen im Gesundheitswesen
- Patientenaufklärung in medizinischen Praxen in Richtung kausaler Krankheitsprävention und Therapieoptionen soll durch Honorarerhöhungen lukrativ gemacht werden
- Modelle wären zu entwickeln, nach der Ärzte für den Erhalt der Gesundheit ihrer Patienten honoriert werden
- Förderung von gesundheitsförderlichen Aufklärungskampagnen in Richtung artgerechter Lebensweise

2.4 Reform medizinischer und allgemein heilberufliche Studiengänge bzw. Lehrpläne

- Fokus auf systemische bzw. kausale Ansätze zur Krankheitsprävention und Therapie
- Informationsbewertung, logisches Denken und kausale Problemlösungsfähigkeiten sind neben in der medizinischen Grundausbildung in den Mittelpunkt zu stellen.

- Aufnahme der Gesetze von Minimum und Maximum in alle Lehrpläne sowie der systembiologischen und kybernetischen Funktion der Homöostase
- Förderung der Lehre systemischer, natürlicher Behandlungsansätze
- Einführung des Faches „Systembiologie“ in das Curriculum der Medizin

2.5 Gesetzliche Maßnahmen zum Schutz der Bevölkerung

Reduktion schädlicher Umwelteinflüsse

- Gesetzliche Maßnahmen sollten Grenzen für die Exposition gegenüber Umweltgiften, Mikroplastik, Aluminium, Medikamentenrückständen, Feinstaub und toxischen Nahrungsbestandteilen ohne Einflussnahme der jeweiligen Industrien neu überprüfen und festlegen.
- Das gleiche gilt für elektromagnetische Strahlung (einschließlich 5G): Während die Nutzung moderner Technologien wie Handys weiterhin möglich bleibt, sollte an für die menschliche Entwicklung sensiblen Orten, wie Schulen und Kindergärten geirrschädliche drahtlose Netzwerke gezielt zurückgebaut werden. Stattdessen sollen dort und an möglichst vielen anderen Stellen innovative Alternativen ohne schädliche Nebenwirkungen, wie LiFi-Technologien, zum Einsatz kommen; so können Gesundheitsschutz und moderne Funktionalität miteinander in Einklang gebracht werden.
- Zusätzlich sollten Förderprogramme eingerichtet werden, um die Kosten individueller Abschirmungsmaßnahmen zu übernehmen und so den Schutz in privaten und beruflichen Räumen zu erleichtern.

Gewährleistung von Sicherheit und Wirksamkeit medizinischer Produkte.

- Jeder Hersteller muss uneingeschränkt für die Sicherheit seiner Produkte haften.
- Pharmazeutische Produkte dürfen nur dann zugelassen oder weiter vermarktet werden, wenn ihre Unbedenklichkeit durch unabhängige, kontrollierte Studien zweifelsfrei nachgewiesen ist.
- Impfstoffe unterliegen, da sie gesunden Menschen verabreicht werden, die möglicherweise nie erkranken, der strengsten Zulassungsprüfung. Sie dürfen nur dann zugelassen oder weiter vermarktet werden, wenn ihre Sicherheit durch unabhängige, kontrollierte Studien im Vergleich zur bestmöglichen natürlichen Alternative zweifelsfrei nachgewiesen wurde (z. B. Vitamin-D-Supplementierung im Vergleich zu einem Impfstoff gegen Atemwegsinfektionen).
- Alle Medikamente, die auf den Markt kommen, müssen von unabhängigen Experten geprüft werden (z.B. Cochrane); ideal sind staatlich finanzierte Studien, solange die

Vorgaben und die Mittelvergabe durch weisungsunabhängige Expertengremien erfolgen, die weder industrie- noch parteipolitisch gebunden sind.

Unabhängige Replikation wegweisender Studien mit großer Bedeutung für die öffentliche Gesundheit, wie z.B. Studien zur Wirksamkeit von Arzneimittelgruppen, sofern dies nicht bereits geschehen ist. Finanzierung der Replikation aus öffentlichen Forschungsmitteln, um Interessenkonflikte zu minimieren.

3. Abschlussbemerkungen

Unser derzeitiges pharmadominiertes Krankheitssystem muss zu einem echten Gesundheitssystem werden, es muss sich etwas grundlegend ändern. Gesundheit ist ein Menschenrecht, unter optimalen Bedingungen auch eine Selbstverständlichkeit, und darf weder von Geld noch der Politik bestimmt werden. Wir brauchen ein neues System, welches das Wohl aller Menschen im Blick hat und auf sauberen wissenschaftlichen Beweisen basiert.

Insbesondere die mentale Gesundheit und die Fähigkeit zur Reflexion und Meinungsbildung sind Grundlage für freiheitlich-demokratische Gesellschaften. Der vorliegende Vorschlag für ein Reformprogramm zielt in seinem Wesen darauf ab, ein solches System zu ermöglichen und zu stabilisieren.

Aber dieses Konzept ist nicht in Stein gemeißelt, sondern soll als Anregung für Diskussionen dienen. Es ist auch nur in Grundzügen angedacht und lädt dazu ein, erweitert und verfeinert zu werden.

Fotos: iStock

Gentechnische Veränderung der Psyche

Eine südkoreanische Studie zeigt alarmierende Anstiege bei Depressionen, Angststörungen und Schlafproblemen nach SARS-CoV2-mRNA-Injektionen. Doch eine vermeintlich aus den Daten ableitbare Reduktion von Schizophrenie und

bipolaren Störungen unter Injizierten entpuppt sich bei genauer Analyse als Fehlschluss. Was wirklich hinter den Zahlen steckt und welche neuropsychiatrischen Risiken nicht ignoriert werden dürfen.

Autor: Priv.-Doz. Dr. Michael Nehls, Dezember 2024 ([Artikel erschien zuerst auf seiner Webseite](#))

In Südkorea wurden in einer retrospektiven Analyse die Folgen der SARS-CoV2-mRNA-Injektionen auf die mentale und psychische Gesundheit untersucht. Die Ergebnisse wurden im Juni 2024 veröffentlicht.[1]



The screenshot shows the article page for "Psychiatric adverse events associated with the COVID-19 vaccines approved in the Republic of Korea: a systematic review". The journal is "Osong Public Health and Research Perspectives". The article is a review article, published online on March 28, 2024. The authors listed are Seungeun Ryoo, Miyoung Choi, Nam-Kyong Choi, Hyoung-Shik Shin, Jun Hee Woo, Byung-Joo Park, and Sanghoon Oh. The article has 4,164 views, 112 downloads, 1 Web of Science citation, 1 Crossref citation, and 1 Scopus citation. The page includes navigation links for About, Articles and issues, Editorial policies, and For authors, along with a search bar.

Eine ähnliche Studie, die im Oktober 2024 in Südkorea veröffentlicht wurde, untersuchte die Entwicklung der Alzheimer-Krankheit und zeigte eine dramatische Beschleunigung dieser dementiellen Erkrankung schon kurz nach dem gentechnischen Eingriff, wie ich auf meiner Website (siehe [„Beschleunigte Alzheimer-Entwicklung nach mRNA-Injektion“](#)) ausführlich beschrieben habe.[2]

Die Ergebnisse der neuen Studie zeigen, **dass nach mindestens zwei Injektionen von SARS-CoV2-mRNA Depressionen um 60 Prozent, Angststörungen, dissoziative bzw. multiple Persönlichkeitsstörungen, Belastungs- und somatoforme bzw. psychosomatische Störungen um etwa 44 Prozent und Schlafstörungen sogar um 93 Prozent** im Vergleich zu nicht gentechnisch veränderten Menschen zugenommen haben.

Das Risiko für Schizophrenie aber war in dieser Studie unter gentechnisch Veränderten überraschenderweise um etwa 77 Prozent reduziert, das Risiko einer bipolaren Störung

immerhin noch um etwa 33 Prozent. Was auf den ersten Blick erstaunlich klingt, lässt sich leicht erklären: Diese vermeintlichen Verbesserungen lassen sich auf die Altersverteilung der beiden Gruppen zurückführen.

Wie aus Tabelle 1 der oben genannten Publikation hervorgeht, befanden sich die gentechnisch veränderten Personen („Vaccination - Yes“) überwiegend in der Altersgruppe der 50- bis 69-Jährigen, während die Mehrheit der unveränderten Personen („Vaccination - No“) unterhalb dieser Altersgruppe lag.

Table 1. Baseline characteristics of the patients stratified by COVID-19 vaccination in Seoul, South Korea.

	Total (n = 2,027,353)	Vaccination		p
		No (n = 308,354)	Yes (n = 1,718,999)	
Gender (n)				0.028
Male	955,180 (47.11%)	144,719 (46.93%)	810,461 (47.15%)	
Female	1,072,173 (52.89%)	163,635 (53.07%)	908,538 (52.85%)	
Age (years)	53.07 ± 16.70 ^a	44.18 ± 16.28 ^a	54.67 ± 16.26 ^a	<0.001* <0.001
20–29 years (n)	248,526 (12.26%)	59,155 (19.18%)	189,371 (11.02%)	
30–39 years (n)	228,104 (11.25%)	82,599 (26.79%)	145,505 (8.46%)	
40–49 years (n)	271,478 (13.39%)	67,299 (21.83%)	204,179 (11.88%)	
50–59 years (n)	495,117 (24.42%)	43,916 (14.24%)	451,201 (26.25%)	
60–69 years (n)	463,848 (22.88%)	30,091 (9.76%)	433,757 (25.23%)	
70–79 years (n)	226,411 (11.17%)	13,440 (4.36%)	212,971 (12.39%)	
≥80 years (n)	93,869 (4.63%)	11,854 (3.84%)	82,015 (4.77%)	
Insurance level (n)				<0.001
Low	508,737 (25.09%)	88,192 (28.60%)	420,545 (24.46%)	

Das Erkrankungsalter für Schizophrenie und bipolare Störung liegt jedoch in jüngeren Jahren, sodass diese Altersverzerrung in den Beobachtungsgruppen dazu führt, dass die Wahrscheinlichkeit des Auftretens oder der Beobachtung dieser beiden Krankheiten in der gentechnisch veränderten Gruppe extrem unwahrscheinlich ist. Und dies natürlich völlig unabhängig vom gentechnischen Eingriff, wie schon die relativ geringen kumulativen Ereignisse in Tabelle 2 der Publikation zeigen.

Im Beobachtungszeitraum von 3 Monaten gab es nur 88 Fälle von Schizophrenie. Im Vergleich dazu stehen Depressionen mit 3145 Fällen, Angst- und andere psychische Störungen mit 4884 Fällen oder Schlafstörungen mit 4960 Fällen. Auch bei den bipolaren Störungen gab es nur 136 neue Fälle bei einer Gesamtzahl von über 1,7 Millionen Personen. Ich lege mich fest: Würde man diese Zahlen nach Altersgruppen aufschlüsseln, was leider nicht geschehen ist, würde sich das Ergebnis allein durch diese Aufschlüsselung erklären.

Table 2. The cumulative incidence of psychia

Diseases	Vaccination	Total number	Three months	
			event	I
Schizophrenia	No	308,354	61	1.98
	Yes	1,718,999	88	0.51
Depression	No	308,354	439	14.24
	Yes	1,718,999	3145	18.30
Bipolar disorder	No	308,354	43	1.39
	Yes	1,718,999	136	0.79
Anxiety, dissociative, stress-related, somatoform disorders	No	308,354	625	20.27
	Yes	1,718,999	4884	28.41
Sleep disorders	No	308,354	376	12.19
	Yes	1,718,999	4960	28.85
Eating disorders	No	308,354	10	0.32
	Yes	1,718,999	51	0.30
Sexual disorders	No	308,354	1	0.03
	Yes	1,718,999	46	0.27

Laut einer im April 2024 veröffentlichten Metastudie, in der die Daten mehrerer klinischer Studien kombiniert analysiert wurden, deuten die Ergebnisse sogar in die andere Richtung. Die Studienleiter weisen „auf einen möglichen Zusammenhang zwischen jungem Alter, mRNA und viralen Vektorimpfstoffen und dem Auftreten einer Psychose innerhalb von 7 Tagen nach der Impfung“ hin.[4] Hätte es in der koreanischen Studie eine Aufschlüsselung der Ergebnisse nach Alter gegeben, wäre also vielleicht sogar dieser gegenteilige Trend erkennbar gewesen. Die Autoren der neuen Studie, aus der die irreführenden Schlussfolgerungen stammen, weisen jedenfalls auch selbst auf diese Problematik hin:

„Sowohl Schizophrenie als auch bipolare Störungen manifestieren sich häufig in jungen Jahren (unter 20 Jahren) [4]. In unserem Studienprotokoll wurde die Gruppe der

Jugendlichen jedoch nicht berücksichtigt [...]. Darüber hinaus ist die COVID-19-Impfung für Jugendliche in Südkorea seit Oktober 2021 zugelassen, was es unmöglich machte, in unserem Studienprotokoll Nebenwirkungen im Zusammenhang mit dem COVID-19-Impfstoff in der Bevölkerung unter 20 Jahren zu erfassen.“

Die von den Autoren hier zitierte Studie zeigt deutlich, dass es nach dem 20. Lebensjahr nur noch in Ausnahmefällen zum erstmaligen Auftreten von schizophrenen oder manisch-depressiven Erkrankungen kommt, was das Studienergebnis in dieser Hinsicht völlig in Frage stellt. Jedenfalls ist die Aussage, dass es zu einer Reduktion der Fälle von Schizophrenie und bipolarer Störung komme, aufgrund der enormen Altersverzerrung und der geringen Fallzahlen, meiner Ansicht nach sicher nicht richtig.

Schlafstörungen, Depressionen, Angstzustände und andere psychische Störungen, für die ein erhöhtes Risiko nach mRNA-Injektion gemessen wurde, sind dagegen weitgehend altersunabhängig. Daher könnte dieses Ergebnis (auch aufgrund der im Vergleich deutlich größeren Fallzahlen, aber immer unter dem Vorbehalt der Altersverzerrung) eher in die richtige Richtung weisen. Zumal gezeigt wurde, dass die Spike-mRNA-Injektion eine Neuroinflammation verursacht.[5] Eine Neuroinflammation ist immer mit einem höheren Risiko für die Entwicklung von Depressionen[6], Schlafstörungen[7] oder Angstsymptomaten[8] verbunden.

Fazit: Die gentechnische Modifikation des Menschen mittels Spike-mRNA führt zu ernsthaften neuropsychiatrischen Störungen und Erkrankungen, die sehr wahrscheinlich auf eine Neuroinflammation zurückzuführen sind. Siehe auch meine Ausführungen in den Artikeln „Essentielles Lithium“ und „Lithium gegen Spikeopathie“.

3

Quellenverzeichnis

[1] Kim HJ et al: Psychiatric adverse events following COVID-19 vaccination: a population-based cohort study in Seoul, South Korea. Mol Psychiatry 29, 3635-3643 (2024). <https://doi.org/10.1038/s41380-024-02627-0>

[2] Roh JH et al: A potential association between COVID-19 vaccination and development of Alzheimer's disease. QJM. 2024 Oct 1;117(10):709-716. doi: 10.1093/qjmed/hcae103. PMID: 38806183.

[3] Lazareva M et al: New-onset psychosis following COVID-19 vaccination: a systematic review. *Front Psychiatry*. 2024 Apr 12;15:1360338. doi: 10.3389/fpsyt.2024.1360338. PMID: 38680784; PMCID: PMC11046000.

[4] Ortiz-Orendain J et al: Antecedents to first episode psychosis and mania: Comparing the initial prodromes of schizophrenia and bipolar disorder in a retrospective population cohort. *J Affect Disord*. 2023 Nov 1;340:25-32. doi: 10.1016/j.jad.2023.07.106. Epub 2023 Jul 27. PMID: 37506772; PMCID: PMC10883376.

[5] Frank MG et al: SARS-CoV-2 spike S1 subunit induces neuroinflammatory, microglial and behavioral sickness responses: Evidence of PAMP-like properties. *Brain Behav Immun*. 2022 Feb;100:267-277. doi: 10.1016/j.bbi.2021.12.007. Epub 2021 Dec 13. PMID: 34915155; PMCID: PMC8667429.

[6] Troubat R et al: Neuroinflammation and depression: A review. *Eur J Neurosci*. 2021 Jan;53(1):151-171. doi: 10.1111/ejn.14720. Epub 2020 Mar 20. PMID: 32150310.

[7] Zielinski MR, Gibbons AJ. Neuroinflammation, Sleep, and Circadian Rhythms. *Front Cell Infect Microbiol*. 2022 Mar 22;12:853096. doi: 10.3389/fcimb.2022.853096. PMID: 35392608; PMCID: PMC8981587.

[8] Rossi S et al: Neuroinflammation drives anxiety and depression in relapsing-remitting multiple sclerosis. *Neurology*. 2017 Sep 26;89(13):1338-1347. doi: 10.1212/WNL.0000000000004411. Epub 2017 Aug 25. PMID: 28842450.

Herzintelligenz

Herzintelligenz bezieht sich auf die bewusste Nutzung der Verbindung zwischen Herz und Gehirn, um Emotionen, Gedanken und Reaktionen besser zu steuern. In der heutigen Welt, in der Stress und Veränderungen an der Tagesordnung sind, kann Herzintelligenz als wertvolle Ressource dienen, um in schwierigen Situationen Klarheit und innere Ruhe zu bewahren.

Kernaspekte der Herzintelligenz:

Verbindung zwischen Herz und Gehirn:

Das Herz ist nicht nur ein physisches Organ, sondern spielt eine wesentliche Rolle in der emotionalen und intuitiven Wahrnehmung. Studien zeigen, dass das Herz und das Gehirn in einem ständigen Informationsaustausch stehen, der unsere Emotionen, Wahrnehmungen und Entscheidungen beeinflusst.

Herz-Hirn-Kohärenz:

Eine kohärente Verbindung zwischen Herz und Gehirn fördert Klarheit, Intuition und emotionale Stabilität. In diesem Zustand arbeiten Körper und Geist harmonisch zusammen, was zu einem Gefühl von innerer Balance und Wohlbefinden führt.

Atemtechniken und Biofeedback:

Atmung: Der Atem ist ein Schlüsselwerkzeug, um die Herzfrequenzvariabilität (HRV) zu beeinflussen, die ein Indikator für die Kohärenz zwischen Herz und Gehirn ist. Tiefe, bewusste Atmung fördert Entspannung, reduziert Stress und unterstützt die emotionale Stabilität.

Biofeedback-Systeme: Diese ermöglichen es, in Echtzeit nachzuverfolgen, wie das Herz auf äußere und innere Reize reagiert. Durch gezielte Übungen kann man lernen, die eigene Herzfrequenz und Emotionen zu regulieren, um stressigen Situationen besser zu begegnen.

Energiebalance und Emotionen:

Emotionen sind entweder erneuernd oder auslaugend. Auslaugende Emotionen wie Angst oder Wut können unsere Energie und unsere Fähigkeit, effektiv zu handeln, schwächen. Erneuernde Emotionen wie Dankbarkeit, Mitgefühl und Freude hingegen stärken uns und fördern eine positive Herz-Hirn-Kohärenz.

Indem man sich auf erneuernde Emotionen fokussiert, kann man schneller regenerieren und Herausforderungen besser bewältigen.

Intuition und Energie in Beziehungen:

Das Herz ist ein kraftvolles Zentrum der Intuition. Es ermöglicht uns, in stressigen oder herausfordernden Momenten klare und sinnvolle Entscheidungen zu treffen.

Energie in Beziehungen:

Das Herz spielt auch eine entscheidende Rolle im Umgang mit anderen Menschen. Wenn wir in emotionaler Kohärenz sind, können wir harmonischere Beziehungen aufbauen, bessere Kommunikation fördern und Empathie zeigen.

Fazit

Herzintelligenz ermöglicht es, inneren Frieden und Kohärenz zu kultivieren, selbst in einer chaotischen Welt. Durch bewusste Atmung, emotionale Selbstregulation und das Hören auf die innere Stimme des Herzens können wir Herausforderungen meistern und ein erfüllteres, ausgeglicheneres Leben führen.

Gänseblümchen, Brennesseln und Co.

Wie Du Wildkräuter in Deinen Menuplan einbauen kannst

Kräuter, die als erstes im Frühjahr sprießen, wirken stärkend und reinigend auf den Körper. Lerne bereits jetzt, wie Du dieses frische Grün einsetzen kannst.

Der nachfolgende Text stammt aus einem [Informations-PDF zum Kursangebot «Zurück zu den Wurzeln»](#), welches uns von [Marita Hartung](#) zur Verfügung gestellt wurde.

Zurück zu den Wurzeln!

Der Wildkräuter-Kurs im März. To be continued... Ich möchte gerne mit dir zusammen gern Monat für Monat durch´s Wildkräuter-, -pflanzen und -früchte Jahr gehen.

Man lernt ja bekanntlich nie aus. Und die Natur verändert sich ständig - so wie wir auch. Und zu jeder Jahreszeit versorgt sie uns mit dem, was wir gerade am nötigsten brauchen, um gesund und fit zu bleiben.

Darüber hinaus bietet sie uns viele Gelegenheiten, uns für die dunklere Jahreszeit mit vielem einzudecken und den Genuss nicht zu kurz kommen zu lassen.

Wir lernen die Wirkung der Kräuter, ihre Anwendungsweisen und vielen verschiedenen Einsatzmöglichkeiten kennen, sowie Öle, Pesto, Kräuterbratlinge, Salatdressings, aber auch Salbe u.v.m. herzustellen.

Für den Vorrat dann außerdem Würzsalze, Kräutermischungen, Teesträußchen...

Was ich beachte beim Wildkräuter sammeln

- nicht unbedingt direkt am Weg zu pflücken
- Zuerst waschen, nicht direkt von der Hand in den Mund. Auch wenn die Kräuter wesentlich mehr wertvolle Inhaltsstoffe beinhalten als «normale» Kräuter, sind sie dennoch Verunreinigungen aus der Luft und ggf. durch Tiere ausgesetzt
- Dankbarkeit empfinden für die Geschenke der Natur
- Bewusst sammeln, nicht einfach raus reißen.
- Einzelne Pflanzen stehen lassen oder nur einzelne Blättchen entnehmen, so dass die Pflanze weiter wachsen kann.
- Niemals alles abernten. Immer einen Teil stehen lassen. Zum einen kann die Pflanze dann Blüten bilden und sich fortpflanzen, zum anderen sollte immer etwas für Tiere übrig gelassen werden.
- Möglichst schnelle und schonende Verarbeitung nach dem sammeln.
- Wenn es heiß ist, der Weg zurück sehr lang oder die Kräuter sehr empfindlich, nehme ich schon feuchte Tücher oder Behälter mit etwas Wasser zum rein stellen mit.
- Ich achte darauf, wo ich hintrete, um keine Pflanzen unnötig zu beschädigen

Viele sind erschöpft

Ausgelaugt von den Turbulenzen der letzten Jahre. Angst vor Arbeitsplatzverlust. Weniger Verdienst als vorher und/ oder Lebensmittelverteuerungen, Energiepreisanstieg und und... Im Frühling dann erschöpft vom Winter, der kalten Jahreszeit und weniger Licht.

Gerade deshalb ist es so wichtig, seine Reserven durch gute Ernährung wieder aufzufüllen. Auch wenn aus meiner Sicht das eigene Innere, die innere Haltung, das Mindset, Resilienztraining, das eigene Umfeld, ein höheres Ziel, die Fokussierung unabdingbar sind. Gerade deshalb ist es so wichtig, sich und seinen Körper zu pflegen. Innen wie außen.

Und es dir selbst wert sein. Es dir selbst gönnen. Es dir erlauben, es dir gut gehen zu lassen. Ganz egal, wie es die anderen finden und unabhängig davon, wie es ihnen geht. Niemandem hilfst du, wenn es dir schlecht geht.

Eine gute Möglichkeit sind die sich im Frühling gerade ans Licht windenden ersten Kräuter. Nicht umsonst fangen sie an, jetzt aus dem Boden zu sprießen. Die Natur weiß ganz natürlich um ihre Kraft. Und sie versorgt uns im Überfluss. Wir dürfen die grauen Tage hinter uns lassen und auftanken.

Ihre Kraft, die Kraft, die sich die aus dem dunklen, kalten Boden ans Licht drängenden frischen

Spitzen, versorgen uns und unseren Körper mit neuer Energie. Mit allen benötigten Vitaminen und Nährstoffen. Sie erfreuen uns mit Ihren Knospen und Blüten voller Lebensenergie. In solchem Maße, dass wir uns sogar bevorraten können. Wir können jetzt schon anfangen vorzusorgen für die dunklen Tage des nächsten Winters.

Die Natur lebt uns Fülle vor. Sie steht dir zur Verfügung und dient dir, ohne Erwartung, ohne Gegenleistung.

Proteinreicher Wintersalat

Worauf du achten solltest, ist, dass du immer nur so viel nimmst, wie du verarbeiten kannst und immer max. 1/3 aberntest. Und dass du die Pflanzen nicht mit der Wurzel herausreißt. Gönn dir doch einen **proteinreichen Wintersalat**. Zum Beispiel diesen mit Linsen, grünen Trauben und fein geschnittenen Selleriestangen sowie etwas nährstoffreichen, getrockneten Brennesselsamen. Du kannst ihn natürlich ganz nach deinen Vorlieben abwandeln. Zum Beispiel mit kleingeschnittener roter Paprika, gedünsteten, karamellisierten Quittenspalten, auf Blattsalat wie Rucola oder Feldsalat ...

Ich marinieren ihn in einer Soße aus Apfel- oder Orangenessig, etwas Gelee oder Marmelade (Quitte, Apfel, Feige), grobkörnigem Senf, Olivenöl, Knoblauch, Salz und Pfeffer. Du wirst sehen, wie fit du nach dem Essen bist statt schwerfällig und müde. Probier es aus.

Es ist phänomenal, welchen Einfluss Ernährung auf unser Leben und Wohlbefinden hat!

Probier's mal aus. Kost ja nix. ;) Führ ein Tagebuch, in dem du dir aufschreiben, was du den Tag über gegessen hast und wie es dir jeweils danach ging. Wir essen ja meist nebenbei, in Eile, was Fertiges etc. Dabei verlieren wir unser Gefühl für unseren Körper und unsere

Intuition.

Wir essen zu viel und zu schnell

- Manchmal aus Heißhunger, d.h. wir haben vorher nicht auf unser Hungergefühl geachtet.
- Manchmal, weil wir uns keine Zeit nehmen und nicht auf unsere Körpersignale achten. Manchmal, weil wir uns so weit vom Körpergefühl und unserer Natur entfernt haben, dass wir die Zeichen nicht einmal mehr erkennen.
- Manchmal, weil wir uns nicht so wichtig nehmen.
- Manchmal, weil wir zu unachtsam sind.
- Manchmal, weil wir uns zu sehr nach der Uhr statt unserem Körper richten.
- Manchmal, weil wir so im Dauerstress und so übersäuert sind, dass wir erst mal entgiften müssen.

Viele gute Gründe, sich mit Wildkräutern zu beschäftigen.

Welche Vorteile und Nutzen bieten dir Wildkräuter und -pflanzen?

- Du kommst in die Natur
- Du hast leichte Bewegung
- Dein Blutdruck senkt sich
- Du atmest tiefer
- Du profitierst von natürlichen, ätherischen Ölen
- Du nimmst mehr wahr
- Du erlebst natürliche Fülle
- Deine Sinne werden geschärft
- Achtsamkeitsschulung
- Depressive Verstimmungen nehmen ab
- Du bekommst mehr Frische als im Bio- Markt, da es vom Feld/ Wald direkt auf den Tisch kommt
- Kein Vitaminverlust
- Keine unnötige Verpackung
- Kein unnötiger Energieaufwand durch lange Wege mit Flugzeug, Schiff, LKW
- Enorme Kostensenkung
- Kreativität in der Küche
- Erfahrung und Erlebnis für alle Sinne
- Weniger Hunger durch hohe Nährstoffdichte
- Schnelleres Sättigungsgefühl durch mehr Bitterstoffe

- Neue Geschmackserlebnisse
- Du lernst deine Umgebung besser kennen
- Keine zusätzlichen Pestizide etc
- Mehr Unabhängigkeit vom Handel
- Detox für deinen Körper
- Vielseitig anwendbar
- Natürliche Hausapotheke für die alltäglichen Zipperlein
- Sanfte Unterstützung bei Behandlungen und Therapien
- Regional
Kostengünstige Vorratshaltung
- Natürliches Geschmackstraining
- Intuitionsschulung
- Alles ist ganz einfach zu handhaben
- Gesundheitsvorsorge
- Einklang mit Natur und Jahreszeiten
- Unterstützung der Selbstheilungskräfte
- Natürliche Nahrungsergänzung flexibel zu handhaben: vegan, vegetarisch, mit Fleisch oder Fisch

Du kannst wilde Kräuter, Pflanzen und Früchte verwenden

- als Toppings
- als Salate, Gemüse, Hauptzutaten in Speisen
- gesundes Naschwerk
- zur Veredelung von Speisen
- zur Haut- und Körperpflege
- zur Getränkeherstellung
- zur Vorratshaltung
- als Hausmittel
- ästhetische Deko
- als Geschenke aus der Küche
- als erste Hilfe oder wenn gar nichts mehr hilft

Auch als Tischdeko und Sträuße entfalten sie ihre Wirkung auf der feinstofflichen Ebene!
Ohne Verpackungsmüll, schädliche Zusatzstoffe, kostenlos!

Erlebe die Fülle der Natur! Erlebe den Einklang mit Natur und Jahreszeiten. Mach dich unabhängig von Lieferketten, Angeboten und Verpackungsgrößen.

Natur und Gesundheit mit allen Sinnen erfahren

Unser Herz kennt Antworten noch früher als unser Hirn, oftmals früher als die Information (zB ein Bild oder Wort) uns offiziell erreicht, auf die es zu antworten gilt. Wie kann so was sein, wenn nicht energetisch? Daran muss man nicht glauben, man kann es messen.

Inzwischen gibt es verschiedenste Studien, die offiziell belegen, dass Energie viel Auswirkungen auf uns hat. Wobei alles noch viel weitreichender und miteinander verknüpfter ist als die meisten ahnen. Dazu gehört für mich auch eine natürliche und gesunde Ernährung. Und es geht auf keinen Fall um Dogmatismus!

Es geht nicht darum, sofort seine gesamte Ernährung umzustellen

Es geht um die Lust an der Ernährung, die Verbundenheit mit der Natur und zu erleben, mehr Lebensqualität zu erfahren. Wenn du etwas ändern willst, kann dies nur durch Überzeugung, d.h. mit Spaß, Vergnügen und Wirkung einhergehen.

Einem strengen Plan, der statt Lust Frust und Entbehrungen vermittelt; kompliziert, aufwendig und teuer ist, sowie viel Zeit benötigt und kein Vergnügen beschert, wirst du nicht lange folgen. **Es sollte Spaß machen und dir schon während der ersten Anwendungen guttun und deine Sinne betören.**

Indem wir frische, regionale Produkte essen, nehmen wir die Ordnung der Umgebung in der wir leben, in uns auf. D.h. frische Nahrung aus unserem Umfeld stellt deinem Körper essenzielle, energetische Informationen zur Verfügung. Wie könnte das besser gelingen als durch pflückfrische Wildkräuter aus der Natur?

Kurs «Zurück zu den Wurzeln»

Du lernst im Kurs «Zurück zu den Wurzeln» die am einfachsten zu bestimmenden Wildkräuter, ihre Wirkungen, ihre Verwendung und jede Menge einfacher Rezepte zum Kochen, für die Hautpflege und zur Vorratshaltung kennen.

Ohne Schnickschnack, aus wenigen wertvollen Zutaten ganz ohne Chemie

Pflanzen können uns helfen zu entgiften. Alles ganz einfach zu handhaben:

- Kräuter als Toppings, natürliche Nahrungsergänzung

- als Salate, Gemüse, Hauptzutaten in Speisen
- gesundes Naschwerk
- zur Haut- und Körperpflege
- zur Getränkeherstellung
- zur Vorratshaltung
- als Hausmittel
- ästhetische Deko
- als Geschenke aus der Küche
- **Ohne Verpackungsmüll, schädliche Zusatzstoffe, kostenlos!**

Kurstermine

«Special» als Kompakt-Workshop am 31.8.2024 von 10-17 Uhr online.

Weitere Termine 2024/25

Ansonsten jeweils ca 1,5-2 Std 4x im Monat, jeweils montags ab 19 Uhr online:

September: 9., 16., 23., 30.

Oktober: 7., 14., 21., 28.

November: 4., 11., 18., 25.

Dezember: 2., 9., 16., 23.

Januar 2025: 6., 13., 20., 27.

Februar 2025: 3., 10., 17., 24.

Es erwartet dich ein ganzheitlicher Kurs für Körper, Geist und Seele und alle Lebensbereiche. Ich richte mich neben den Wildkräutern, -früchten, -pflanzen des Monats immer auch nach den Bedürfnissen, Fragen und Wünschen der Kunden des bislang meist in kleiner Runde stattfindenden Kurses. Und alles aus dem Kurs und noch viel mehr bekommst du im Anschluss etwas zeitversetzt in einem umfänglichen E-Book.

Für 55,- Euro

Interessiert? Dann schreib mir eine PN oder Mail an coaching2021@outlook.de - Ich freue mich, wenn du dabei bist!

Wir knuspern und schmausen Kräuter, Blüten, Kätzchen, Knospen und Blätter in verschiedenster Form. Rohköstlich auf's Brot, als Salat, im Dressing, zum einwickeln, in

Suppen, Soßen, Kuchen, Broten. Als Aufstrich, Deko, Sirup, in Kräuter- und Blütensalzen, -zucker, -essigen und -ölen. Als Tee, Oxymel, Heilmittel, Hautpflege, Körperpflege und im Haushalt. Für die Hausapotheke, die Vorratshaltung, als Pesto, Mehlersatz, Mineralstoff-, Vitamin- und Spurenelementelieferant. Zum Verschenken und Verwöhnen.

Alles mit zumeist wenigen Zutaten und ohne Verpackungsmüll, chemischen Zusatzstoffen und unbekanntem Inhaltsstoffen. Mit dem Erlebnis Natur, Zeit an der frischen Luft, einer verstärkten Wahrnehmung der Umgebung und viel Genuss ohne Verzicht. Süßes, Salziges, Festliches, Einfaches, ...

[Wildkräuter-Kurs \(PDF\)](#)

WIR-Marktplatz & WIR-Netzwerk

Änderungen Frühling 2024

Mit dem WIR-Marktplatz und WIR-Netzwerk (Mitgliederbereich) bietet der Schweizerische Verein WIR ideale Vernetzungsmöglichkeiten unter Gleichgesinnten an.

Nachdem unser Marktplatz nach Weihnachten einem gezielten Hackerangriff ausgesetzt war (*dies aber ohne Datenverluste*), mussten wir uns Gedanken über die Zukunft der Webseite machen. Schlussendlich haben wir uns dazu entschieden, die Webseite auf ein hoch vertrautes Hosting umzuziehen, wo wir die Webseite zusätzlich schützen können.

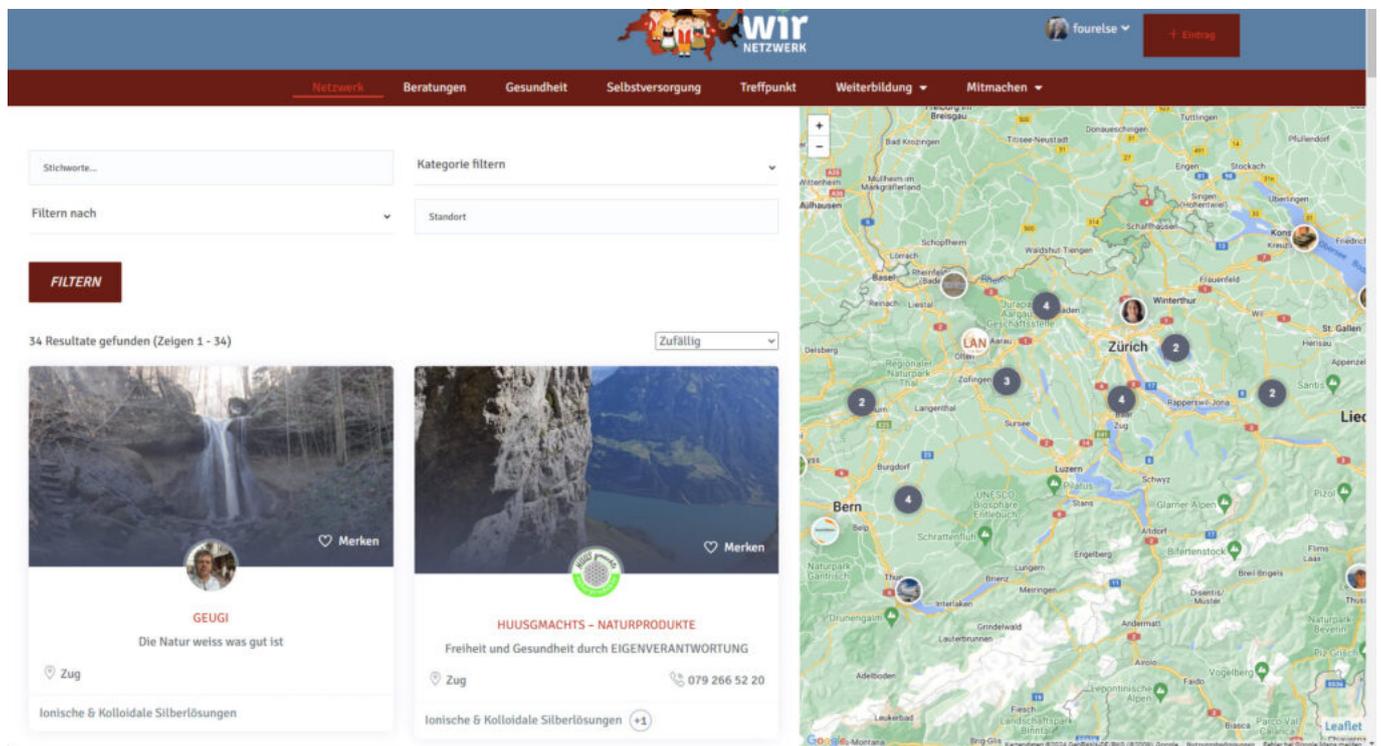
Wir haben uns auch überlegt, wie die **Nutzererfahrung verbessert** werden könnte. Es erschien uns notwendig, die Struktur zu vereinfachen, damit die Seitenbesucher das Gesuchte schneller finden. Zudem wünschten wir uns, dass der Marktplatz ein zentraler Treffpunkt für mitmachende Mitglieder wird.

Wir laden zum vernetzen ein!

Ursprünglich wurde das Netzwerk für die Wissensvermittlung im Bereich «Silberwasser» erstellt. Nach einer behördlichen Verwarnung mussten wir den Zugriff auf diese Webseite einschränken. Dank dem daraus entstandenen geschlossenen Mitgliederbereich für unsere

Mitglieder ist das Netzwerk bestens geeignet, um sich unter Gleichgesinnten zu vernetzen.

Jedes Einzel-, Familien- oder KMU-Mitglied des Schweizerischen Verein WIR kann sich registrieren, sich auf der Webseite umsehen und ein eigenes Profil anlegen. **Sinn dieser persönlichen Profile ist es, Gleichgesinnte in der Nähe zu finden**, sei es zu einem Gespräch, für nachbarschaftliche Hilfe (Hütendienste, Reparaturarbeiten, gemeinsames Gärtnern uvm.). Willkommen sind auch alle, die Dienstleistungen oder etwas zum Kaufen oder Tauschen anbieten, unabhängig davon, ob sie bereits auf dem WIR-Marktplatz präsent sind.



FOLGENDES IST NEU

Die URL hat geändert, der Strich im Domainnamen fällt weg: <https://wirmarktplatz.ch/>

Es gibt nur noch die beiden Rubriken «Aktuell» und «KMU-Mitglieder»

Auf dem WIR-Marktplatz präsentieren wir **nur noch aktive KMU-Mitglieder**, so dass der Fokus ganz auf diesen liegt. Berechtig sind

- **Mitgliederbeitrag pro Jahr CHF 150.-**

- Spender/Gönner ab CHF 150.-
- Unterstützer (*Fronarbeiten*) mit entsprechender Arbeitsleistung

Wir konzentrieren uns nicht mehr nur auf den landwirtschaftlichen Bereich, sondern geben **allen KMU-Mitgliedern eine Plattform, die ihr Angebot präsentieren möchten.**

Der bisherige Shopbereich mit einzelnen Produkten wird durch eine [Shopübersicht](#) ersetzt. So finden die Interessenten unkomplizierter zu den einzelnen Anbietern. Und die Anbieter müssen nicht mehr darum besorgt sein, ihre Produkte einzupflegen und zu aktualisieren.

Über die Navigation im WIR-Marktplatz ist das **WIR-Netzwerk** erreichbar, welches einen geschützten Bereich bietet. Nur aktive Mitglieder des *Schweizerischen Verein WIR* können sich dort einloggen und die Inhalte sehen (*Z.B. Anleitung zur Herstellung von Silberwasser, Adressen von Herstellern*). In Zukunft sollen sich auf dem Marktplatz alle Mitglieder präsentieren können, welche sich unter Gleichgesinnten vernetzen und gegebenenfalls ihre Angebote präsentieren möchten.

BIST DU ALS KMU MIT DABEI?

Derzeit ist die Auswahl an Einträgen noch sehr übersichtlich. Wir wünschen uns, dass sich möglichst viele KMU-Mitglieder mit einem Eintrag sichtbar machen, damit wir gemeinsam nach Aussen hin eine gute Präsenz zeigen können.

GRATISEINTRÄGE neu im geschützten Bereich

WIR haben auf dem Marktplatz einige Gratis-Einträge deaktiviert und werden diese innerhalb der nächsten Wochen dann ganz löschen. **ACHTUNG:** falls Du einen solchen Eintrag hast, kannst Du Dich dazu entscheiden, diesen später auf dem geschützten Bereich anzeigen zu lassen oder Du kannst Dich als KMU-Mitglied eintragen, damit wir den Eintrag auf dem öffentlichen Marktplatz veröffentlichen. Gib uns gerne Bescheid, was Du möchtest.

WAS GIBT ES FÜR DICH ZU TUN?

Wenn Du einen aktiven Eintrag hast und von Deiner Webseite darauf verlinkst, empfehlen wir Dir, dort den Link anzupassen.

Melde Dich bei Gelegenheit wieder einmal in Deinem Account an und schau, ob Du noch Verbesserungspotential bei Deinem Auftritt findest <https://wirmarktplatz.ch/wp-login>

Wenn du bereits KMU-Mitglied bist und einen neuen Eintrag erstellen möchtest, schreibe uns gerne eine Email an support@vereinwir.ch

Nutze allenfalls die Gelegenheit, ein **AKTUELL** für Deinen Eintrag zu erstellen (*Kosten 30.- oder 40.-*). Dieser Eintrag erscheint prominent auf unserer Startseite und wir werden eine ansprechende Werbung für Dich erstellen und diese auf unseren Telegram Kanälen <https://t.me/wirmarktplatz> (2,560+) & <https://t.me/VereinWIR> (10,820+) teilen. Du kannst diese danach beliebig selber hin und wieder auf unserem Marktplatz-Chat <https://t.me/WIRMarktplatzCHAT> teilen, damit Du im Gespräch bleibst!

Erstelle gerne auch ein Profil auf dem **WIR-Netzwerk!** Informationen dazu folgen.

Melde Dich bei Fragen und Anregungen bei [uns!](#)

Gefrorene Schoggi

Vegan ohne Zucker und Kakao

15 Min Zubereitung + 1 Std Gefrierfach



Andre Rimann zeigt Dir, wie er die Schoggi herstellt

Zutaten:

- 1/2 Tasse Cashew-Puree (Cashews in Kaffeemuehle fein pueriert)
- 1/2 Tasse Carobpulver (Fettarme Alternative zu Kakao - vom Johannisbrotbaum)
- 1/2 Tasse Reissirup (oder Ahornsirup)
- 1/4 Tasse leicht erwärmtes flüssiges Kokosöl.

Bemerkung zum Video: Im Video erwähne ich 1/2 Tasse Kokosöl - geht auch - ich mag es aber leichter - deshalb empfehle ich 1/4 Tasse.

Zubereitung:

Alle Zutaten in Schüssel geben und gut mischen. Form mit Haushaltfolie auskleiden. Mischung in beliebige Form geben und 1 Stunde in Gefrierfach stellen. Geniessen.

Tipp:

Nach Belieben weitere Zutaten in Mischung dazugeben. Mir schmeckt sehr gut getrocknete Erdbeere, frische Minzenblätter, Mandelsplitter, oder Buchweizen.

Links der Riegel: Buchweizen in Schoggimischung eingerührt und in eine Silikonform gegeben.



Weitere leckere vegane Rezepte findest Du hier www.happyanita.ch

[Rezept als PDF herunterladen](#)

Die Rückmeldungen der WIR-Mitglieder sind einfach der Wahnsinn: Voller Herzlichkeit, Dankbarkeit, Freude, Tatendrang, reinste Energieflüsse!

Erfahrungsbericht vom Team Bont

Als erstes möchten wir uns beim WIR-Team für die Unterstützung unserer «*Buch-Spende-Aktion*» sowie den Eintrag im WIR-Marktplatz ganz herzlich bedanken!

Als nach 7 Jahren Recherche unser [«Faktgeber»](#) endlich in Druck ging, überlegten wir im Team, wie unser knappes Werbebudget am effizientesten eingesetzt werden könnte.

Da unsere Druckerei uns mit 35'000 Gratis-Flyern unterstützt, ziehen wir aus, schweizweit die Briefkästen mit Flyer zu fluten. Doch welche Enttäuschung: Fast alle Kästen sind mit «*Bitte keine Werbung*» belegt. Auch die Promo-Kisten auf der Post und Anzeigen in Alternativmedien fallen der «*werbebesättigten*» Kundschaft zum Opfer. **Bio Läden, Freiheitskanäle, Aufbruch-Gemeinschaften etc. hinterlassen den Eindruck, nicht wirklich eine Veränderung anstreben zu wollen, sondern sich mit der «Beschäftigungs-Dauerschleife» zu begnügen.**

So, nach dieser Odyssee ist unsere Kasse leer. Was nun? Eine andere Strategie muss her.

Wo sitzen die «Macher»?

Wir setzen nochmals alles auf eine Karte: Tragen unseren Faktgeber für 150Fr./Jahr im WIR-Marktplatz ein ([soviel kostet die Mitgliedschaft als KMU Member im Schweizerischen Verein WIR](#)), erhalten für 2 Monate das «Aktuell-Zeitfenster» mit Telegram-Präsenz und schreiben dem Verein WIR für jedes verkaufte Buch den ganzen Gewinn von Fr. 15.-/Buch gut.



Jetzt geht die «WIR-Post» ab 😊!

OK, wir generieren zwar 2 Monate lang nur die Selbstkosten, dafür erreicht das Buch plötzlich viele Menschen, die wirklich was bewegen wollen, die offen sind, ihr Wissen zu ergänzen und die bereit sind, bei sich zu Hause mit Veränderung neue Weg zu gehen.

Die Rückmeldungen der WIR-Mitglieder sind einfach der Wahnsinn:

Voller Herzlichkeit, Dankbarkeit, Freude, Tatendrang, reinste Energieflüsse!

Das Buch wird weiterempfohlen, der Schieber bleibt offen und wir hoffen, dass der Infofluss weiterfließen darf.

Wir sind sehr glücklich, nun unserem Ziel, die Menschen den Giftfallen zu entreissen, ein Stück näher zu kommen.

Euer Team Bont

[Mehr über das Buch erfahren](#)

An alle Kriegerherzen

Hallo lieber Krieger, mit Freude schreibe ich zum Ende des Jahres 2023 diese Worte an Dich, bevor ich mich schon bald den Raunächten zuwende.

Das Jahr 2023 neigt dem Ende zu.

Das Alte zerrt, das Neue ruft!

Menschen lieben sich, Menschen bekriegen sich, Menschen bauen auf, kreieren Neues, Menschen zerstören. Trotz allem, was auf dieser Welt gerade geschieht, war dieses Jahr für mich geprägt von viel Klarheit.

Ich glaube, es ist möglich, den Schleier des Nebels selbst zu lüften und Klarheit für sich zu schaffen, auch wenn im Aussen gerade nichts klar erscheint. Das habe ich dieses Jahr stark erfahren. Es fühlte sich in mir und auch im Aussen manchmal echt chaotisch an in letzter Zeit. Verwurzeln, den Boden immer wieder suchen und sich damit verbinden war etwas, was ich am häufigsten tat.

Zu Beginn des Jahres hatte ich einen Traum.

Ich erzähle Euch davon in der Kurzfassung. Es war einer der berührendsten Träume, welchen ich je hatte.

Ich träume seit ca. 2 Jahren viel vom Wasser. Das war vorher nicht so intensiv. Meistens träume ich von Fluten, welche die Erde fluten. Immer wieder träume ich auf verschiedene

Art und Weise davon. Die Orcas sind in diesen Träumen stets präsent und als Freunde an meiner Seite.

In diesem Traum befand ich mich mit meinen 2 Seelenschwestern in einer Auffang- Station für Wassertiere.

Wir hatten so sehr den Wunsch, diese Tiere frei zu lassen und wünschten uns nichts mehr für sie. Dann kam die Botschaft von einer Welle, welche nun die Welt flutet. Ich hatte Angst. Mein Kind, meine Familie, meine Freunde. Was passiert nun?

Die Welle kam und flutete ALLES!

Alles war unter Wasser.

Meine beiden Seelenschwestern waren da. Die eine hatte schon die Augen zu und die andere schaute mich an und gab mir den Impuls: **«Vertraue und atme aus»**. Dann schloss auch sie die Augen. Ich hatte Angst, aber ich schloss meine Augen.

Ich schloss die Augen und es war still. Still und dunkel. Ich ging davon aus, dass dies das Ende ist. Es gab einen Knall, wie einen Schlag oder Impuls, welcher durch die ganze Erde ging.

Und dann öffnete ich meine Augen. Und was ich dann sah war unglaublich. Wir waren unter Wasser und es war alles so lebendig. Tiere groß und klein. Orcas, Delfine, Mantas, kleine glänzende funkelnde Fische. Wenn Du Avatar 2 kennst und die dortige Unterwasserwelt gesehen hast, so kannst Du Dir in etwa vorstellen, was ich da sah.

Ich fühlte LEBEN. LEBEN überall.

In der Mitte stand ein wunderschön leuchtender Baum. Zu dem schwammen wir. Wenn wir uns an den Ästen des Baumes hielten, war es uns möglich, unter Wasser zu atmen. Meine Seelenschwestern vergnügten sich ganz verspielt mit den Ästen des Baumes, während dem ich in die Mitte des Baumes schwamm, ins Baumes-Innere. Dort drin sprach eine Stimme zu mir. Sie sagte:

«Vertraue! Vertraue dem Leben! Es geht immer weiter»

Ich hatte Tränen in den Augen. Als wir an die Oberfläche schwammen, sahen wir, dass

unsere Liebsten alle da waren und noch etwas Land übrig war. Es war ein Moment des totalen Glücksgefühls und es war alles so sanft und leise. Alles Böse wurde zum Guten transformiert und wir umarmten uns.

Als ich aufwachte, musste ich weinen. Ich musste weinen, weil diese Welt die Welt war, welche ich mir so sehr wünsche und dass ich sie in diesem Moment erleben durfte, dafür bin ich so unendlich dankbar. Und seit diesem Traum weiß ich umso mehr, dass es immer noch möglich ist, diesen Planeten in eine friedvolle Richtung zu lenken.

Was es dafür aber braucht ist unser ERWACHEN!

DEIN Erwachen lieber Krieger!

Wie Du in meinen Blogs lesen kannst, hat mein langjähriger Weggefährte, Freund und Lehrmeister Haakon sein irdisches Gewand am 2. Juni dieses Jahres abgelegt. Er begleitet mich nun aus der geistigen Welt weiter. Seit Haakon diese weitere Reise angetreten ist, war ich viel mit ihm im Kontakt. Manchmal vermisse ich dieses wundervolle Pferd sehr. Es fühlt sich immer wieder an, als hätte ich den Fels in der Brandung verloren. Ein Tier gibt uns nicht nur die Chance auf eine echte Beziehung, sondern auch eine Aufgabe. Gerade ein altes Tier. Ich habe also eine irdische Beziehung zu einem Pferd und eine sehr schöne Aufgabe verloren. Diese fehlen mir manchmal sehr. Sein Geruch, die Geräusche seines Atems, einfach sein ganzes Dasein. Und dann schickt er mir immer mal wieder von hoch oben eine Sternschnuppe. Auch in den wolkigsten Nächten.

Eine von Haakons wundervollen Botschaften in den Gesprächen nach seinem körperlichen Tod war folgende:

«Um in Deine volle Kraft zu kommen musst Du die letzten Fesseln, welche Du schon so lange an Dir trägst, nun sprengen»

«Fesseln sprengen» dachte ich.

Das ist meine Leidenschaft. Menschen auf ihrem Weg der Fesseln-Sprengung zu begleiten ist meine Berufung und etwas von dem, was ich am liebsten tue. Menschen in ihr volles Potential wachsen zu sehen, jeder auf seinem Weg und in seinem Tempo.

Und dann geht es plötzlich um meine eigenen Fesseln. Ja ich habe noch Fesseln, welche gesprengt werden dürfen. Ja, die habe ich. Ich musste schmunzeln. Als wir mit

Haakon in seiner letzten Woche im Gespräch waren, hat er gesagt, dass er mit mir als Lehrmeister und Freund den Weg weiter gehen möchte und dass er wieder an meine Seite kommen möchte. Es war ihm sehr wichtig zu hören, dass er das jederzeit darf. Und dann bringt er mir ein paar Wochen nach dem Abschied diese Botschaft mit den Fesseln aus der geistigen Welt. Das ist doch unglaublich oder?

Kennst Du diese Fesseln lieber Krieger?

Die Pferde lehren uns, dass es nur das Hier und Jetzt gibt. So sagen es auch die grossen Meister. Ich möchte all diesen weisen Wesen auch keinesfalls widersprechen. Doch manchmal ist es halt nur so, dass man im Hier und Jetzt als Mensch oder auch als Tier blockiert ist. Blockiert von alten Wunden, Schmerz, Mustern, Erlebnissen und Geschichten aus der Vergangenheit oder auch aus früheren Leben. Und dann kann Dir noch manch einer erzählen, Du sollst halt im Hier und Jetzt leben. Es wird nicht funktionieren. Du verleugnest Dich schlussendlich nur und auch das, was gerne noch angeschaut und gelöst werden möchte. Und dann kann es sein, dass es allenfalls auf den Körper übergeht und der Teufelskreis beginnt.

Ja, das Hier und Jetzt ist das Einzige, worin wir leben.

Worin wir etwas ändern können, wo wir uns entwickeln. Das heißt aber nicht, dass man nicht mal zurückblicken darf. Zurückblicken, aufräumen, auflösen, Ahnenarbeit leisten, Inkarnationsarbeit leisten, Lebensarbeit leisten. Wenn alle das tun würden, davon bin ich überzeugt, würde die Mobbingrate, die Suizidrate, die Kriegerate und viel Elend sich vermindern.

Lange tragen wir nun diese Fesseln als Menschheitsfamilie.

Man nennt sie auch Traumas.

Doch nun ist die Zeit gekommen, in welcher wir diese Fesseln sprengen dürfen. Wir dürfen sie abstreifen wie die Schlange ihre Haut abstreift, wenn sie sich häutet. Wir sind nichts und niemandem etwas schuldig und es wird Zeit, dass unsere Kraft und unser inneres Licht endlich zum Vorschein kommen dürfen. Vielleicht wird dann alles für eine gewisse Zeit noch etwas chaotischer, aber dann bist Du DU und nur wenn Du DU bist, kannst Du in Deiner vollen Kraft sein. Wenn Du alles zulässt, was Du jemals warst. Opfer, Täter, schuldig, unschuldig, böse, gut was auch immer - lass es zu. Du bist ein leuchtendes Licht. Wir alle sind das und wir alle sind miteinander verbunden, hoch bis zu den Sternen und wieder

runter. Niemand auf der Welt hat das Recht, Dich zu verurteilen für etwas, weil er sich dann selbst auch zutiefst verurteilen müsste für alles was er jemals getan hat. Und wo würden wir dann enden?

Ja es ist wichtig aus Fehlern zu lernen und sich zu reflektieren. Aus meiner Sicht gibt es nach wie vor als Mensch kaum etwas wichtigeres als Reflexion. Aber wenn Du Dich im Hier und Jetzt immer reflektierst und aus Fehlern lernst, aber aus Deiner Vergangenheit immer noch mit Traumas, Emotionen, Erlebnissen, Verurteilungen, Schmerz verbunden bist, kannst du trotz aller Arbeit, welche Du im Hier und Jetzt vollbringst, niemals in Deine volle Kraft kommen. Und darum geht es bei diesem Fessel- Thema.

Ich sage auch nicht, dass jeder diese Fesseln haben muss. Manche haben auch keine Mühe damit, sie einfach abzulegen. Ich weiß nur, dass sie viele haben und sie gehen tief und sie müssen gesprengt werden, damit auf dieser Welt wieder eine andere Energie aufkommen kann. Denn wenn wir ständig in dieser Fesselenergie drin sind, dann ist die Schwingung tief und im Moment geht es doch sehr darum, die Schwingung und die Energie zu erhöhen.

Es bringt nichts, wegzulaufen oder wegzuschauen. Nein! Wir können nur noch erwachen. Und wenn Du nicht weißt wie, dann hole Dir Hilfe oder Unterstützung. Auch das dürfen Krieger.

Du bist nicht allein. Von uns gibt es mittlerweile viele.

Und gemeinsam begleiten wir einander in die neue Schwingung, in die neue Energie, in die Freiheit.

Die Welt, wir als Menschheitsfamilie, sind im Moment von nichts so stark bewegt wie von Traumas. Alten Traumas, frischen hinzukommende Traumas und wenn wir da nicht ansetzen, kommen wir nicht weiter. Weil da der Ursprung ist für die Stagnation. Wir müssen wieder lernen, uns voll und ganz zu akzeptieren, wie wir sind.

Wir können diese Welt retten. Aber nur wenn wir bei uns selbst anfangen. Wenn Du das nicht verstanden hast, dann bringen dir 1000 Sitzungen bei Deinem Therapeuten nichts. Weisst Du, wo Du alle diese Dinge, die Du lernst, auch umsetzen kannst? Bei den Kindern, den Tieren, in der Natur, Deinen Mitmenschen. Nichts ist so authentisch, wertfrei und unverfälscht wie ein Tier oder ein Kind oder die Natur.

Alles was ist, ist einfach.

Das sehe ich so schön bei meiner kleinen Tochter. Ich habe in meinem Leben noch nie so hautnah ein so authentisches und wertfreies Wesen erlebt, welches nur auf der Basis von Liebe und Mitgefühl funktioniert. Sogar ihre Dramen und ihre Tobsuchtsanfälle sind das. Darauf gilt es Sorge zu tragen. Auf unsere Kinder.

Höre auf, irgendwelche Ideale zu verfolgen oder etwas zu sein, was du nicht bist. Gestehe Dir ein, wo in Deinem Leben Du Dich immer noch sabotierst und im Kampf bist. Und dann gestehe Dir ein, dass du aufgeben darfst. Das Du SCHEITERN darfst.

JA wir dürfen scheitern. Ich finde es manchmal bedenklich, dass wir aus Angst vor dem Unbekannten lieber festhalten an dem, was wir nicht mehr sind. Deshalb befasse Dich mit dem tiefen, inneren Vertrauen. Dann wirst Du fühlen, dass alles genau richtig ist, wie es ist. Auch wenn es unbekannt ist. Und es wird sich besser anfühlen, Du wirst frei sein.

Hole Dir Deinen eigenen Befreiungsschlag, lieber mutiger Krieger, und befreie Dich! Löse Dich aus den Fesseln!

Was ich im Moment für mich so beobachte ist eine Welt, in der alles möglich ist. Das ist auf der einen Seite toll, birgt aber auf der anderen Seite auch Gefahren. Manchmal habe ich das Gefühl, dass der Mensch sich nicht ganz bewusst ist, was er da gerade tut. Weil, wenn er sich in vielen Dingen des ganzen Ausmasses bewusst wäre, dann würde er sich vielleicht eingestehen müssen, dass das eine oder andere vielleicht einfach zu viel Möglichkeit ist, zu weit gegangen, Grenzen überschritten.

Manchmal habe ich auch das Gefühl, dass wir uns verlieren in dem Allesistmöglich-Ding. Das wir total damit überfordert sind. Uns im Aussen verlieren, in der Konsumation, im Werten über alles und jeden. Dabei wäre es doch ein Vollzeitjob, einfach mal seine eigene ganze Ahnenlinie in einem Genogramm festzuhalten und damit zu beginnen, aufzulösen. Da braucht es doch dieses Allesistmöglich-Ding im Aussen nicht. Da braucht es das Allesistmöglich-Ding nur im Innern.

Und ja es braucht Therapeuten, Wegbegleiter, Heiler für das Lösen von Traumata, aber etwas braucht es noch viel mehr.

Mitgefühl.

Mitgefühl für uns selbst, für unser Gegenüber und für diesen Planeten. Sanftheit statt Härte, Authentizität statt Verleugnung. Innenschau statt Aussenschau, EIGENVERANTWORTUNG statt Fremdbestimmung. Wir haben permanent das Gefühl, wir müssen stark sein, wir dürfen dies und das nicht, man sollte so sein und nicht so, von Schönheitsidealen bis zu Politik wird uns permanent diktiert, wie oder wer wir sein sollen. Doch so funktioniert das eben nicht und deswegen kommen wir nicht weiter. Nein, wir entfernen uns sogar immer mehr von uns selbst, von dem was wir wirklich sind, und verlieren den Boden und Traumas und alte nicht mehr dienliche Muster gewinnen die Kontrolle über uns. Und was passiert dann? Wir flüchten, kämpfen oder erstarren. Aber das wollen wir nicht.

Wir wollen leben, frei sein, uns selbst sein.

So komme aus der Starre hinaus, hinein ins Leben! Was der andere tut kannst Du nicht beeinflussen, was Du tun kannst istk an Dir arbeiten, Neues kreieren, mit starken Schultern voran gehen, mutig sein. **Verlasse Deine Komfortzone, leiste Vergebungsarbeit, löse auf, integriere alles in Dir.** Weil - das alles bist Du und Du bist genau richtig, so wie Du bist. Verlasse alte Inseln, entdecke neue, verlasse Deine alten Muster - sprengte Deine Fesseln, lieber Krieger, weil das ist es, wofür Du JETZT in dieser Zeit auf diesen Planeten geboren wurdest. Und Du wirst liebevoll begleitet. Du bist nicht allein. Denke immer daran. Auch wenn es sich manchmal kalt und einsam anfühlt. Du bist es nicht. Du warst es nie und Du wirst es nie sein.

Du bist hier um zu leben! Also lebe!

Sauge auf, nimm wahr, fühle, atme, reibe Dich, streite dich, versöhne Dich, liebe Dich, liebe Andere, liebe die Welt! Gehe an die Grenzen und etwas darüber hinaus, ziehe dich zurück, erklimme Berge, scheitere, mach weiter, sei erfolgreich, sei glücklich. Sei glücklich vor allem in Deiner eigenen kleinen Welt. Singe, tanze und sei verrückt!

Ich finde es so befreiend. Je mehr ich meine Fesseln sprengte, auch zurück im die Ahnen-Generationen, umso mehr kommt die Lust nach Leben, die Energie und die Bewegung nach vorne. Das ist das grösste Geschenk, welches Du Dir selbst machst, wenn du auflöst. Wenn du Dich befreist von Deinen Fesseln bewegst Du die ganze Welt. Sei es Dir wert!

«Einen großen Krieger du suchst? Groß machen Kriege niemanden!» Meister Yoda

Bevor die Raunächte kommen, bleibt nun noch etwas Zeit zu entrümpeln, loszulassen, Altes abzustreifen . was wir nicht mehr brauchen. DAS ist die Kobraenergie. Auch dieser durfte ich dieses Jahr mehrmals in meinen Träumen begegnen. Vielleicht denken wir daran, dass es auch alte Geschichten sein dürfen, Traumas oder schmerzhaft Erfahrungen, welche uns nicht mehr dienen, aber so immens wichtig für uns waren. Verabschiede Dich in Dankbarkeit.

Ich wünsche Dir von Herzen besinnliche Raunächte, viel Ruhe, etwas guten Met, viel Kriegerkraft und alles Liebe fürs neue Jahr.

Sabin

Überleben werden die Neugierigen welche sich getrauen, Dinge zu hinterfragen

Ein X-Thread, übersetzt aus dem Englischen

ALERT THREAD : The only people who are going to survive in the future are those who are curious and question things. The elite have been trying to suppress this for many of you for so long now so I might as well expose it all for you today.

Read on....

— Litecoin Bull | The News Before The News! (@litecoin_bull) [November 2, 2023](#)

Die einzigen Menschen, die in der Zukunft überleben werden, sind diejenigen, die neugierig sind und Dinge hinterfragen.

Die Elite hat schon so lange versucht, dies für viele von euch zu unterdrücken, also könnte ich es heute für euch aufdecken.

Vielleicht wurdet ihr vor Jahren schikaniert, weil ihr eine Frage gestellt habt. Vielleicht wurdet ihr verspottet. Als Kleinkinder haben wir nur gelernt, indem wir den Eltern Fragen stellten. Und jetzt, als Erwachsene, neigen wir dazu, uns mehr auf die Antworten zu konzentrieren und nicht auf die zugrunde liegenden Fragen. Das liegt zum Teil an der Schule.

Denken Sie daran, dass man in der Schule nur gelobt wird, wenn man die richtige Antwort weiss. Nicht, wenn man eine gute Frage stellt. Aber denken Sie daran, dass die besten Schöpfer und Erfinder der Welt einfach die besten Leute sind, die die besten Fragen stellen.

So viele Menschen scheitern im Leben, weil sie nicht in der Realität leben.

Wir leben in einer Welt, in der wir täglich mit Daten und Informationen überschüttet werden. Die Menschen erhalten Fake News, wenn sie wissen wollen, was «passiert», denn die Informationskanäle der Nachrichtenmedien entscheiden, was sie uns zeigen wollen. Das ist in der Regel dazu gedacht, uns Angst einzujagen.

Die Menschen scrollen zum Verhängnis auf sozialen Medien und anderen kommunistischen Kanälen online. Und konsumieren Informationen, die rein auf BS und Propaganda basieren. Dann gehen wir zu Google, das unsere voreingenommene Denkweise bestätigt, und jeder, der Halbwahrheiten verbreitet, wird auf Fakten geprüft, gelöscht oder zensiert.

Die Mehrheit der Menschen umgibt sich mit Menschen, die dieselbe voreingenommene Meinung haben. So werden ihre Überzeugungen durch Menschen verstärkt, die ebenfalls Fake News und voreingenommene Informationen konsumieren. Die Menschen werden also eher von Emotionen als von Fakten geleitet.

Dadurch erreicht die Abschaffung der Kultur derzeit einen neuen Höchststand. Jeder, der eine andere Meinung hat, wird mit einem Etikett oder seinem Namen versehen. So entsteht eine Gruppe von Menschen, die sich gegenseitig bekämpfen, und das ist es, was die 1 % der Welt wollen.

Das ist der Grund, warum das System so gestaltet ist, wie es ist.

Wir haben zugelassen, dass eine Reihe von Unternehmen die Show leiten, welche KEINE

Absichten haben, uns zum Erfolg zu verhelfen oder uns zu vereinen. Sie diktieren niemals die Wahrheit, oder was Wahrheit in der heutigen Zeit wirklich bedeutet. Und nicht nur das.

Diese bösen Unternehmen haben nur ein Ziel. Sie wollen dich davon überzeugen, dass du deine Wahrheit leben sollst und dabei vergessen, dass es eigentlich nur eine Wahrheit gibt. Dann trennen sie sich und beschuldigen sich gegenseitig. Und dieser Kreislauf läuft tagein, tagaus, weil niemand den Mut hat, ihn zu hinterfragen.

Dein 9-bis-5-Sklavenjob

Das liegt daran, dass sie dich mit deinem 9-bis-5-Sklavenjob beschäftigt halten. Sie geben dir die Sklavenmentalität, die dich beschäftigt, damit du die Dinge nicht hinterfragst. Du hast deinen Fast Food direkt vor der Haustür und einen sofortigen Dopamin-Kick in den sozialen Medien, während du bis spät in die Nacht scrollst.

Und wenn dir dein Sklavenleben zu viel wird, kannst du weiterhin die Feeds mit einseitigen Informationen durchsuchen oder dir kurzfristige Erleichterung durch Gras, Alkohol oder ein Netflix-Abo verschaffen. Auch das ist Unterhaltung, die dich von der Wahrheit und der Korruption des Systems ablenken soll.

All das soll Sie davon abhalten, herauszufinden, dass das Leben nicht nur aus einem Job und einem Sklavendasein besteht.

Das Leben sollte so viel mehr sein.

Und dass ihr seit Jahren blindlings in diesem korrupten Kreislauf mitmacht. Viele Menschen beginnen aufzuwachen.

Gute Fragen führen also zu guten Antworten. In den kommenden Jahren werden immer mehr Menschen anfangen, die Dinge zu hinterfragen, so wie Sie es tun. Sie sind nicht allein. Alles beginnt damit, Fragen zu stellen.

Willkommen beim großen Erwachen.

Lieferketten- und weitere Probleme

Denkanstösse aus den Telegram-Chats

Veröffentlicht mit freundlicher Genehmigung der beiden Autoren

[KRAMER :alex](#): Vielleicht muss man sich bezüglich bestehender Lieferketten Gedanken über die Nachhaltigkeit anstellen, wenn Schweine durch halb Europa gekarrt werden, um daraus Parmaschinken zu machen. Oder Garnelen aus der Nordsee, die in Marokko geschält werden. Dazu muss man sie zuerst noch 2-mal über das Mittelmeer verfrachten, bis sie in unseren Ladentheken landen.

Ein Drittel wird weggeworfen.

Die Speditionsbranche ist nicht aufgrund demografischen Wachstums grösser geworden, sondern infolge des zügellosen Konsumverhaltens und einer optimalen Kostenstruktur, die es ermöglicht, keine Lager halten zu müssen, weil sich das Lager stets in Form eines Lastwagens auf der Straße befindet.

Theoretisch ist die Ware stets frisch geliefert, aber über welche Strecke und Zeit?

Verfahrenere Situation

[Elvana Indergand](#): Diese Zustände haben wir bereits Ende 80er Jahre bekämpft, dann hatten wir das Nachtfahrverbot für 40 Tonner in der Schweiz, dann bauten wir Tunnelanpassungen auf der Nord-Süd-Achse, um die Trucker auf die Schiene zu bringen.

Alles wurde ab Riogipfel 1992 ignoriert und von links boykottiert, bis nichts mehr übrigblieb. Dann kochte Ogi Eier im SRF, um zu zeigen, wie man Strom spart beim Kochen, indem man den Deckel auf die Pfanne tut, den Herd abstellt und die Restwärme nutzt.

Ich organisierte Alu Sammlungen monatlich in 6 Dörfern der Surselva und predigte, Joghurt wieder im Glas zu kaufen. Ich schützte Landschaften durch Verhinderung von zusätzlichen Stauseen und das Stauen von kleinen Bächen, was jeweils nicht mal 1% mehr Strom gebracht hätte.

Heute fährt man elektrisch, Big Tech - alles elektrisch, das Handy kam erst 1996 auf den

Markt.

Ich war 4 Jahre Präsidentin des WWF GR. Umweltschützerin der ersten Stunden. Und heute? Was wir schafften wird vom Staat systematisch rückgängig gemacht. Ich trat zurück, aus dem Verein aus und arbeitete als Individuum weiter mit Informieren. Ich wurde bekämpft, verleumdet, die Kinder hatten in der Schule zu leiden wegen mir. Und jetzt ist die Schweiz zum Deep State verkommen, mit einer Regierung, die der Verfassung den Tschutt in den Hintern gab. Kein Politiker hat Eier, den aggressiven linken Frauen und den liberalen Jungspunden wie Thierry von der FDP, der den Ukrainern noch die Hälfte unserer Panzer verschenken will, Widerstand zu geben. Ja gehören unsere Arsenale ihm?

Unsere beiden Parlamente sind eine Katastrophe und wenn man die Akteure anklagt, boykottieren die Gerichte die Anklagen, die Wahlen werden mit Scytl Dominion Maschinen, welche von der Schweizer Post 2019 unter AB-Freund Levrat angeschafft wurden, systematisch gefälscht. Den Volksinitiativen wird weniger Zeit zum Sammeln der Unterschriften gegeben.

Es ist das Jahr 2023. Ja wo leben wir denn eigentlich? Die Überwachung der Welt bis zum letzten Zentimeter wurde durch Elons SpaceX vorangetrieben. Mehr als 10tausend Satelliten umkreisen die Erde in naher Umlaufbahn und bestrahlen uns. Es sollen 40tausend werden. Die USA gab einem Privatmann die Lizenz, sowas zu tun. Man stelle sich das vor, einem, der bereits Milliardär ist.

Man kennt alle Gauner, man weiss ihre Namen und keiner ist hinter Gittern.

Leute, steht endlich auf eigenen Beinen, werft den TV aus dem Fenster, schreibt der SERAFE, es gäbe kein Geld mehr, handelt.

Auf dem Hintern sitzen und Party machen, während unsere Kinder umgepolt werden und die Staatsschulen der Schweizer Städte neue Bücher druckten, die in den Güsel gehören, das genügt nicht. Nein, es ist total falsch, was da läuft!

Denkt endlich mal in Zusammenhängen: verweigert den Tüpfis auf den Wahlplakaten die 144000 CHF Jahreslohn. Mit 25 Jahren hat man noch keine Lebenserfahrung und politische Kenntnis und demzufolge diesen Lohn noch nicht verdient. Vor allem nicht mit unseren Steuergeldern! Wählt niemanden von den alten Parteien.

Verbannt das Teuflische und Gottlose aus eurem Leben! Leute, es DARF so nicht weitergehen.

Liebe Bienenpaten

Das Bienenjahr 2023 neigt sich dem Ende entgegen

Einige von euch durfte ich dieses Jahr persönlich an einem Workshop begrüßen. Ich hoffe, dass wir uns alle an einem Bienenworkshop im 2024 wiedersehen.

Gerne fasse ich für Euch das Bienenjahr 2023 kurz zusammen

Das Jahr begann im April gut mit einem frühen Frühling hier in den Bergen. Den stärksten Bienenvölker konnte ich bereits Ende April den ersten Honigaufsatz geben. Wenige Tage später hatten wir einen 3-wöchigen Wintereinbruch und es wurde sehr kalt, nass mit Schneefall bis in tiefe Lagen und wenig Sonnenschein. Da die Bienen bereits in voller Kraft waren, um bereit für den Löwenzahn zu sein, haben Sie unter diesem untypisch langen Wintereinbruch im Mai sehr stark gelitten. Ich habe die Völker aufgefüttert, damit Sie nicht verhungerten. Dies zum ersten Mal in meiner Imkerkarriere. Als es wieder schön wurde, war der Löwenzahl bereits verblüht. Der Löwenzahl ist hier in den Bergen die einzige Massentracht und für einen grossen Anteil des Honigertrages zuständig.

Die Bienenvölker brauchten gut 3 Wochen, um sich von diesem Kälteeinbruch zu erholen. Wenn es kalt ist und wenig Nahrung hat, legt die Königin deutlich weniger Eier ab. In guten und schönen Frühlingstagen bis zum 21. Juni kann eine Königin bis zu 2000 Eier pro Tag legen. Bis eine Biene schlüpft, dauert es 21 Tage. Der Frühling war im Anschluss recht schön, doch es hatte hier in den Bergen sehr viel Regen, was der Natur sehr gutgetan hat. Für die jungen Königinnen, die für die Begattung ausfliegen, sind spontane und unvorhergesehene Regengüsse über den Tag problematisch, da diese nicht mehr nach Hause zurückfinden. Die täglichen Regengüsse wirkten sich vorteilig aus, da die Bauern nicht silieren (Siloballen) konnten. Es war diesen Frühling jedoch so, dass der starke Regen, den Nektar der Trachtpflanzen ausgewaschen hatte und es erklärt sich von selbst, dass die Sammelaktivitäten der Bienen bei Regen nicht möglich ist.

Mein Schwiegervater erntete den Honig bereits Ende Juni, da die Sommertracht ab Juli, durch die zunehmende industrielle Bewirtschaftung der Landwirtschaft, in den Bergen zunimmt und nur noch spärliche Blumentracht zulässt. Der Bienenstandort im Gsteig auf 1150 Meter über Meer, hat dieses Jahr leider sehr wenig Honigertrag abgeworfen. Im Durchschnitt gab es pro Bienenvolk knapp über 5kg Honig. Auch die anderen Standorte

waren dieses Jahr nicht ertragsreich. Insgesamt konnte ich im Durchschnitt 10kg pro Bienenvolk an Honig ernten.

Das Wichtigste zum Schluss: die Bienen sind gesund und fit für den Winter.

Gestern habe ich mit dem Aufbau meiner 7-Stern Imkerei begonnen. Die Bienenvölker werden nächste Woche auf den neuen Standort im Gsteig gebracht.

Der Anzeiger von Saanen hat diesen Dienstag einen spannenden Bericht abgedruckt. [Ihr findet diesen hier](#), um euch ein Bild von meinem Handel und Sein zu machen.

Da die Bienenpaten, also Ihr, das Herz meiner Imkerei seid, darf ich euch mitteilen, dass ich jedem Bienenpaten 10kg Honig liefern kann. Einige von euch haben den Honig bereits erhalten oder konnten diesen direkt bei einem Workshop mit nach Hause nehmen. Wer den Honig noch nicht erhalten hat, werde ich gerne persönlich kontaktieren.

Bienen Schweiz hat ein wunderbares Projekt lanciert, damit jeder die Möglichkeit hat, bei sich zu Hause oder in seinem Umfeld eine Blumentracht für Bienen und Insekten zu schaffen. Mehr dazu findet Ihr hier: [Lebensraum | Blühflächen Bienen Schweiz](#)

Ich danke euch von ganzem Herzen für das Vertrauen in mich und meine Bienen. Wir freuen uns bereits wieder sehr auf nächstes Jahr, doch zuerst fahre ich nach einer sehr intensiven Zeit mit meiner Familie in die Ferien!

Liebe Grüsse

Stefan Neuhaus



Holistic Healing

Reinfried Neureiter im Interview mit Filippo Larziza

**Bioenergetiker & Naturheilpraktiker, Dipl.Kinesiologe, Dipl.Yogalehrer,
Bioenergetiker**

Zwischen dem Körper-Ich mit allen Körperfunktionen und Organen, und dem Ego-Ich mit seinen Bedürfnissen, Gewohnheiten und Vorlieben zu vermitteln, ist ein sehr verantwortungsvoller Teil Begleitung durch Reinfried Neureiter. Hier legt er großen Wert auf individuelle Lösungen und auf Nutzung von persönlichen Talenten, Ressourcen und Werthaltungen.

Es ist seine ganz eigene Geschichte und eindruckliche Erfahrungen, die ihn geprägt haben und ihn sehr tief in das Thema *Holistic Healing - ganzheitliche Heilung*, blicken lies. Abseits

der Schulmedizin, die seines Erachtens z.B. in der Notfallversorgung und Chirurgie, sehr gut funktioniert, durfte er ein bewegendes Zusammenspiel ganzheitlicher, überlieferter Therapien, die Kraft des menschlichen Geistes und die Selbstheilungskräfte der Menschen studieren und kennenlernen.

Da wo die klassische Schulmedizin mit ihrem symptomatischen Erklärungs- und Behandlungsansatz nur punktuelle, teilweise zeitliche begrenzte oder gar keine Heilung erreichen kann, spüren jahrtausendealten Erfahrungen aus den alten Traditionen wie Tibetische Medizin, Traditionelle Chinesische Medizin, Yoga und Ayurveda, Schamanismus, westliche Kräuterkunde und Homöopathie und modernste Techniken der Informationsfeldmedizin die Selbstheilungskräfte der Menschen auf und führen im Auflösen der Ursachen von Krankheiten zu nachhaltiger Gesundheit.

Im eigenen Erleben dieser traditionellen Medizin mit ihrer Ausrichtung auf die Ganzheitlichkeit des Menschen durfte Reinfried Neureiter seine Hilfe und Begleitung anbieten bei der erfolgreichen Behandlung von Krebserkrankungen oder selbst Querschnittslähmungen. Eine tiefe Überzeugung von der Kraft der Heilung, die jedem Menschen innewohnt, führt zu individuellen Behandlungsmethoden und Therapien, die gespeist aus dem Erfahrungsschatz der Menschheit deutlich bessere Ergebnisse erzielt, als das die Schulmedizin mit ihrer Beschränkung auf Symptome jemals konnte. Erfahren durfte er dies auch aus eigenen Leidenswegen, in deren Ergebnis er auch schwere Krankheiten mit dem jahrtausendealten Erfahrungsschatz der traditionellen Heilung überwinden durfte.

Wir laden dich in diesem Talk ein, mit Reinfried Neureiter auf einen Weg zu gehen, der mit dem Auflösen der Ursachen von Krankheiten und mit der Klärung von Körper und Geist, Seele und Gefühlen einen neuen Schritt zur ganzheitlichen Gesundheit bedeutet. Mehr Lebensqualität, eine tiefe innere Ruhe und die Konzentration auf die Kräfte, die auch in dir ruhen sind das Ergebnis einer ganzheitlichen alternativmedizinischen Behandlung, die nicht am Symptom stehenbleibt, sondern dein Leben und deine Gesundheit als schöpferisches Gesamtwerk aus Natur und Glauben, Tradition und Wissen, Können und Erfahrung verstehen.

Mehr zu Reinfried Neureiter: <https://www.holistic-healing.pro>

Der kleiner Hausdokter* (1927)

das Allernötigste zur Selbstbehandlung von Mensch und Tier mit Homöopathie, nebst naturgemäßen Anwendungen und Diät

Eine Zusendung von Evelyne Will

«Guten Tag!

Einen kleinen Hinweis möchte ich geben: *Altes Wissen* Anfang des 20. Jahrhunderts von meinem Vater Dr. med. homöop. Heinrich Will (1891-1971) mit einigen seiner Texte, damit altes Wissen in unserer chaotischen Zeit nicht verloren geht...

Mein Vater hatte es sich zur Aufgabe gemacht, seine langjährigen Erfahrungen jedermann zur Verfügung zu stellen. Insbesondere lag ihm daran, die moderne Psychosomatik volkstümlich verständlich und damit die Leser mit den Kräften vertraut zu machen, die in ihnen selbst gegen die unvermeidbaren, tausendfachen Schädigungen des täglichen Lebens vorhanden sind, und sie zum Gebrauch dieser Kräfte anzuleiten. Er möchte jene Werte vermitteln, welche gesund erhalten und das harte Leben der Gegenwart erleichtern können.

Ich würde mich freuen, wenn Sie das alte Wissen aufnehmen würden, damit es nicht verloren geht.

1927:

«...Wer die Homöopathie noch nicht kennt, möge mit Hilfe dieses Buches sich von ihrer praktischen Brauchbarkeit in jedem Hause überzeugen. Diese homöopathische Hausbehandlung darf unserem Volke nicht verloren gehen. Sie muss im Gegenteil immer weitere Verbreitung finden. Wer sich so einmal von der Wirksamkeit der Potenzen überzeugt hat, wird begeisterter Anhänger für alle Zeiten...»

„Wir Deutschen sind die Treuhänder der Homöopathie! In unsere Hand wurde sie gelegt als kostbares Pfand. Wir haben sie in ihren ursprünglichen Gesetzen zu wahren und zu erhalten, bis dereinst die sog. „Wissenschaft« ihr nachgehinkt kommt.» (diese Passage

erscheint im 2. Buch - in Vorbereitung)

[Buch bestellen](#)

.... das Buch gibt es in vielen Buchhandlungen)

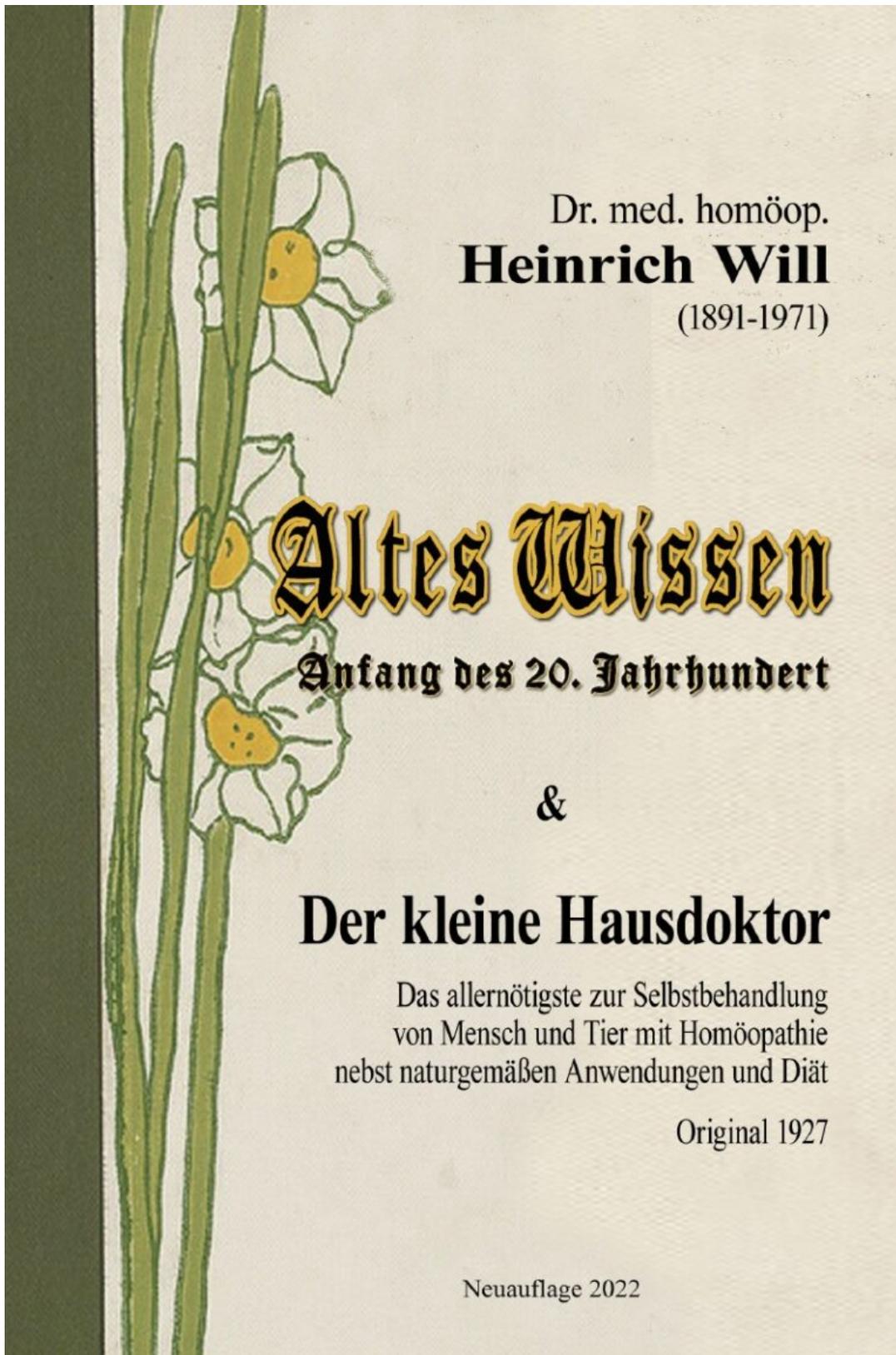
Beschreibung

Ich denke, dass die Zeit gekommen ist, wo wir wieder auf die ganz einfache Art und Weise und preislich jedem erschwinglich, zurück zur Natur und seinen Naturgesetzen kehren. Die Art der Worte meines Vaters ist deswegen so passend, weil wirklich jeder verstehen kann, wo Krankheiten herkommen, wie der Verlauf ist und wie man ihnen vorbeugen kann. Es scheint so, als wiederhole er die Essenz dessen worauf es ankommt in jedem seiner Berichte, und doch ist wohl jeder Bericht einzigartig! Damals schon hat er die Probleme herauskristallisiert, die heute immer noch unsere Probleme sind und die uns nun zu Verschlingen drohen. Ich finde es wichtig, dass jeder Mensch weiß was möglich wäre. Der kleine Hausdokter, das Allernötigste zur Selbstbehandlung bei Mensch und Tier, rundet dieses Buch ab.

Dr. Will auf Telegram und Facebook

Evelyn Will veröffentlicht die Schriften, welche ihr Vater hinterlassen hat, auch auf diesen beiden Kanälen:

- [Telegram](#)
- [Facebook](#)



In und mit der Natur zu mehr Gelassenheit

Damals

Ursprünglich waren wir Waldbewohner und lebten gezwungenermassen mit dem Rhythmus der Natur. Nur diese Anpassung sicherte dem Menschen die Überlebenschancen. Unsere Vorfahren wussten es noch. Sie hörten intuitiv auf die Zeichen der Natur und wussten was zu tun war. Gönnen wir uns heute einen bewussten Moment der Achtsamkeit in der Natur und öffnen unsere Sinne, verstehen wir die Zeichen der Natur immer noch intuitiv. Die Antworten sind Träume, Handlungen, Stimmungen und Gefühle. Dazu braucht es Zeit, wie das folgende Sprichwort von Monika Minder erklärt:

„Um wieder wahrnehmen zu können, müssen wir stillstehen wie des Sommers Reife.“

Unsere Sinne

Es erfordert ein bewusstes Einsetzen unserer Sinne. Und zwar alle. Egal ob wir über den taktil haptischen Sinn die Naturmaterialien ertasten. Über den auditiven Sinn die Musik der Natur hören. Über den visuellen Sinn das Grün oder die Naturspezialisten sehen. Mit dem gustatorischen Sinn die Geschmäcker der Wildpflanzen erkunden oder mit dem olfaktorischen Sinn die verschiedensten Gerüche aufnehmen. Egal wie wir den Zugang zur Natur gestalten, es werden bestimmt viele Geschenke in Form von Naturschätzen zu uns gelangen.

In den unzähligen überlieferten Symbolen, Ritualen, Geschichten, Liedern und Sprichworten ist die Verbundenheit von Mensch zu Natur noch deutlich zu erkennen. Zum Beispiel sind wir mit einem Ort verwurzelt oder entwurzelt. Nach getaner Arbeit ernten wir die Früchte. Wir sind noch grün hinter den Ohren. Wir feiern Erntedankfeste und die Sonnenwende.

Symbiose mit der Natur

Auch heute sind wir von der Natur abhängig. Sie liefert uns Erholung, Gesundheit, Zuversicht, Nahrung, Sauerstoff. Im Gegenzug liefern wir der Natur Kohlendioxid. Ein Stoffwechselprodukt ohne den die Pflanzen nicht existieren könnten. Eine ausgewachsene

Buche produziert pro Tag 7000 Liter Sauerstoff. Dies ist die Menge, die fünfzig Menschen benötigen. Diese Symbiose ergibt einen ständigen Kreislauf des Lebens.

Viele Wirkstoffe welche heute chemisch hergestellt werden, haben ihren Ursprung in der Natur. Zum Beispiel die Salizylsäure, welche vom echten Mädesüss (Filipendula ulmaria) abstammt. Sie diente als Vorbild zur Herstellung des Aspirins. Verblüffend ist die Beobachtung, dass viele natürlich belassene Wirkstoffe vom Menschen besser ertragen werden als deren chemisch nachgeahmten Wirkstoffe. Die Natur sorgt offenbar stets für ein Gemisch aus diversen feinstofflichen Wirkstoffen, die auch als Gegengift für eine bessere Verträglichkeit sorgen.

Stärke den Muskel deiner mentalen Gesundheit

Sind das nicht Gründe genug, die Natur wieder mehr bewusst wahrzunehmen und in unseren Alltag einzubauen?

Willst du mehr Achtsamkeit und Natur in deinem Alltag? Willst du den Muskel deiner mentalen Gesundheit stärken?

In meinen Coachings outdoor oder online ist genau dies möglich. Entdecke, wie du mit Hilfe der Natur zu mehr Gelassenheit und Entspannung in deinem Alltag gelangst. Der erste Schritt liegt bei dir, alles andere fügt sich.

Melde dich unverbindlich unter info@naturspruenglich.ch

Jasmin Ursprung

www.naturspruenglich.ch

Achtsamkeits- & Naturcoaching

Stress & Resilienz Coaching

Heilpflanzenfachfrau



Wusch und weg?

Wie potenzielle Kunden an deinen Fotos hängen bleiben!

Kennst du das? Du scrollst wieder mal durch deinen Telegram-, Facebook- oder Instagram-Feed und ehe du dich versiehst, hast du wieder einige Minuten verdaddelt ohne dir einen Beitrag wirklich genauer anzuschauen?

Deinen potenziellen Kunden geht es genauso! Um von ihnen überhaupt wahrgenommen zu werden, ist das Foto oder Video in deinem Post entscheidend. Schnappschüsse und nichts sagende Fotos werden schnell überflogen.

Jessica Freymark nennt sich «achtsame Pferdefotografin» und teilt ihr Wissen in

Workshops oder Onlinekursen. Sie besucht ihre Kunden auf Touren, um vor Ort Aufnahmen zu erstellen, die nicht gestellt wirken, sondern welche die natürlicher Interaktion mit dem Tier zeigen. Ihre Tipps sind aber nicht nur für Pferdefreunde hilfreich, sondern sind auch passend für Bauern und andere Kleinunternehmen, welche ihren Betrieb und ihre Arbeit präsentieren wollen.

3 Tipps für Dich

Jessica teilt hier 3 Tipps für dich, damit Du mit der Macht der Bilder mehr Aufmerksamkeit, Kundenanfragen und damit Umsatz erzielen kannst:

1.) Wecke Emotionen!

Ein Bild, das positive Emotionen in uns wach ruft, schauen wir uns gerne länger an und bleibt auch länger im Gedächtnis. Solch ein Foto kann ein lustiger Schnappschuss eines gähnenden / flehmenden Pferdes sein. Aber das nutzt sich auf die Dauer auch ab und sollte daher nur hin und wieder genutzt werden.



Besser ist es, immer wieder Fotos zu nutzen, die eine schöne Stimmung und positive Energie zeigen.

Ein freundliches, zufriedenes Pferd das in die Abendsonne blickt... das weckt Sehnsucht und lässt einen tief durchatmen.

Betrieb oder Kursort vorstellen

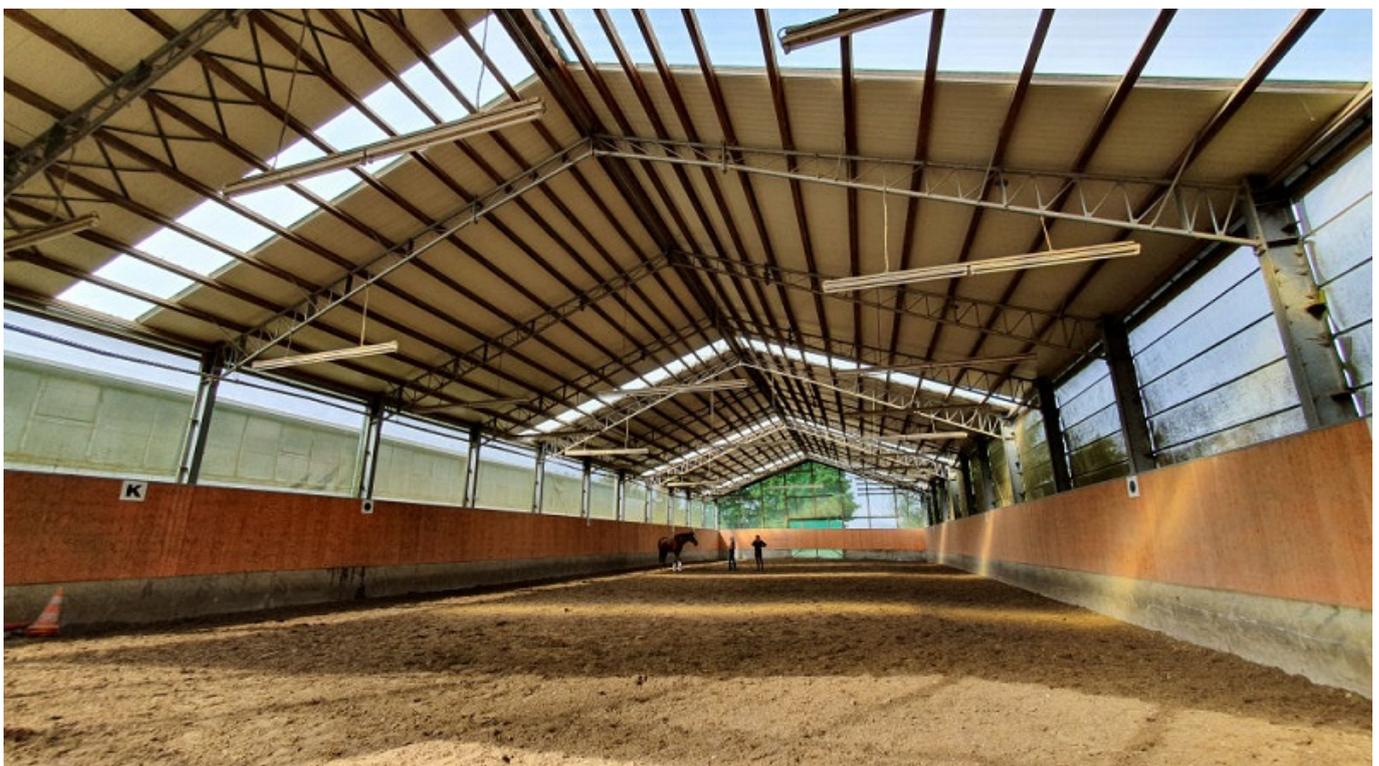
Stell dir einmal 2 Fotos vor... beide sollen einen Ort für einen Kurs darstellen. Das eine Foto zeigt einen gepflegten Reitplatz umringt von grünen Bäumen. Darüber ein blauer Himmel, 2-3 Schäfchenwolken und die Sonne strahlt auf einen Reiter, der gerade seelig lächelnd den

Hals seines Pferdes streichelt. Das Pferd schreitet entspannt mit gespitzten Ohren auf dich zu und du hast das Gefühl du würdest selbst gerade am Reitplatzrand stehen, die Sonne auf deinem Gesicht spüren und den beiden zuschauen.

Und dann das 2. Foto... es ist ein grauer, bewölkter Tag. Die Bäume sind alle kahl. Der Reitplatz liegt einsam und verlassen da. Grau, düster und voller Pfützen.

Es ist der gleiche Reitplatz! Aber bei welchem Foto würdest du lieber den Kurs (Workshop, Urlaub etc.) buchen??? Ich denke die Antwort ist eindeutig. ☐

Deshalb: **achte auf die Atmosphäre, die dein Foto ausstrahlt und überlege ob es das ist, was du nach außen transportieren und darstellen möchtest!**



Eine Halle sieht viel freundlicher aus, wenn die Sonne hineinscheint. Hier hat man direkt Lust mit seinem Pferd hineinzugehen und zu arbeiten, oder?

2.) Nutze Hochformat-Fotos!



Ein sehr einfacher Tipp, der aber erstaunlich wenig genutzt wird.

Die meisten Menschen gehen inzwischen übers Smartphone ins Internet. Und wenn man z.B. durch Facebook oder Instagram scrollt, nimmt so ein Querformat-Foto nur einen

kleinen Teil des Bildschirms ein. Wusch und weg... schon hast du darüber gescrollt ohne es wirklich wahrzunehmen. Ganz anders ist es, wenn da ein hochformatiges Foto gezeigt wird. Das nimmt kurzzeitig fast den ganzen Bildschirm ein und damit hast du deutlich bessere Chancen, das dein potenzieller Kunde dein Foto wirklich wahrnimmt und dann auch noch ein zweites Mal draufschaut und dann auch deinen Text liest.

Hochformat-Fotos nehmen viel Platz auf dem Handy ein und sorgen automatisch für mehr Aufmerksamkeit.

3.) Schaffe einen Wiedererkennungseffekt!

Hast du Lieblingskanäle auf Facebook oder Instagram? Menschen, denen du gerne folgst und auch oft ihre Texte liest? Dann freust du dich wahrscheinlich, wenn du beim Scrollen durch deinen Feed einen Post von ihnen entdeckst.

Woran erkennst du ihn? Vielleicht am Profilfoto oder am Benutzernamen, den dein Gehirn schon als positiv abgespeichert hat und den du daher sofort wahrnimmst. Oft liegt so ein Wieder-Erkennen aber auch am Stil des Bildes selbst! Einen eigenen Bildstil entwickelst du meist von alleine, wenn du viel fotografierst. Um es dir einfacher zu machen, kannst du dir aber auch etwas anderes ausdenken. So kannst du zum Beispiel immer den gleichen Filter verwenden, um dein Foto in einen bestimmten Farblock zu tauchen. Alternativ kannst du auch einen farbigen Rahmen um deine Fotos legen. Vielleicht hast du eine charakteristische Markenfarbe, die auf deiner Webseite, deiner Kleidung, Flyern etc. immer wieder auftaucht. Dann nutze doch einfach diese, um einen Wiedererkennungseffekt zu erzeugen.



Wenn du selbst zu sehen bist, trage gebrandete Kleidung, um auf den ersten Blick erkannt zu werden.

Je öfter ein potenzieller Kunde dich wahrnimmt, desto wahrscheinlicher ist es, dass er sich an dich erinnert, wenn er deine Dienstleistung braucht! Denk nur einmal daran, warum selbst bekannte Automarken oder Fastfood-Ketten, jährlich Millionen ausgeben, um immer wieder z.B. im TV gesehen zu werden... es ist eben wahrscheinlicher, dass du dorthin gehst oder das kaufst, was du in letzter Zeit besonders oft wahrgenommen hast.



Auch ich als Profi-Pferdefotografin halte oft Momente schnell mal mit dem Handy fest.

Attraktive Fotos, die deine Wunschkunden anziehen und dir beim Verkaufen helfen, kannst du auch einfach selbst mit dem Handy machen! Und dabei ist es egal, ob du deine Reitanlage, bestimmte Produkte, Dienstleistungen oder Pferde fotografieren willst.

Ich zeige dir, wie du mit deinem Handy ganz einfach selbst verkaufsstarke Fotos für deine Webseite und Social Media Kanäle machen kannst. Sei nie wieder abhängig von Stock-Fotos! Melde dich jetzt zum 3stündigen [Onlineseminar „Social-Media-Handyfotografie“ an.](#)

Ursula Garo im Interview bei Filippo Larizza über

«Liebe heilt alles»

Am 21. Dezember 2022 führte [Filippo Larizza](#), Top-Speaker, Experte & Coach für humorvolle Gesundheitsimpulse der mentalen und physischen Leistungsfähigkeit, ein Interview mit [Ursula Garo](#), Praxis für Bewusstseinswandel. Seit mehr als 30 Jahren hat sich Ursula Garo mit dem Unterbewusstsein und den Familiensystemen von Tausenden von Menschen beschäftigt und dabei Erstaunliches herausgefunden:

«Unsere emotionalen, körperlichen und seelischen Blockaden, unsere privaten und beruflichen Probleme, unsere Süchte, Übergewicht, Unfälle etc. sind übernommene und unbearbeitete, emotionale Konflikte aus dem Familiensystem.»

Wir stecken in den Ahnen Codes unserer Vorfahren fest und zwar so lange, bis wir sie erlösen und transformieren. Frühverstorbene Familienmitglieder, Verlusterfahrungen, auch wenn sie schon vor 100 Jahren geschehen sind, haben eine enorme Auswirkung auf nachfolgende Generationen. Sie können bei den Nachkommen, den bewussten und unbewussten Wunsch zu sterben auslösen, der sich durch verschiedene lebensbedrohliche Krankheiten, Unfälle und Süchte u. a. ausdrücken kann.

Diese Verstrickungen lassen sich mit der Ahnen Code Methode durch Einzelsitzungen, Ahnen Code Aufstellungen oder durch das *Liebe heilt alles Transformationstraining* auflösen. Wer möchte kann die Ahnen Code Methode auch erlernen und bei sich, seiner Familie und seinen Klienten anwenden.

Die Coronakrise und die momentane Weltlage holen bei den meisten Menschen ganz tiefe, unbearbeitete uralte Familienmuster, Überzeugungen und Ängste an die Oberfläche, so dass die Menschen sie wahrnehmen, spüren und heilen können, falls sie dies möchten. Ursula Garo unterstützt Dich gerne dabei, Deine blockierenden Ahnenprogramme und Ahnen Codes in Ahnen Code Aufstellungs-Seminaren, in Einzelsitzungen oder im «Liebe heilt alles» Online-Transformationstraining 1 und 2 auf eine effiziente und sanfte Art aufzulösen.

Online-Transformationstraining

Das aktuelle Liebe heilt alles Online-Transformationstraining 1 und 2 läuft von Februar bis

Juni 2023. Das nächste Training startet voraussichtlich im **Januar 2024**. Ihr enormes Wissen gibt sie in 3-teiligen Online-Events und Webinaren weiter: Das Webinar «Befreie Dich von Deinen Symptomen und Ängsten - wie schon Tausende vor Dir» und der Online-Event «Liebe heilt alles» finden erst wieder im Herbst 2023 statt.

Diese Webinare sind für alle gedacht, die sich für Gesundheit, Persönlichkeitsentwicklung, Erfolg und Spiritualität interessieren.

Über die folgenden Links kannst du ihrer Fragegruppe und ihrem Infokanal «Liebe heilt alles» beitreten.

Telegramfragegruppe: Hier kannst du deine Fragen zu den Ahnen Verstrickungen stellen. Die Telegramgruppe heisst: [Deine Fragen zu Ahnen Code Verstrickungen - Ursula Garo - Ahnen Code](#)

Telegramkanal: Hier erfährst du Wissenswertes über systemische Verstrickungen, über den Ahnen Code, über Gesundheit, Persönlichkeitsentwicklung und über Spiritualität. Alle neuen Videos und Interviews sind ebenfalls hier zu finden. Ihr Telegramkanal heisst: [Infokanal Liebe heilt alles - Ursula Garo - Knacke deinen Ahnen Code und du bist frei!](#)

Betrifft: Unsere Landwirtschaft

Am 9. Februar fand in Lyss BE das erste Podiumsgespräch des WIR-Marktplatzes statt mit Biobauern, Politikern und Konsumenten.

Wir freuen uns, Ihnen nun die Aufzeichnung dieses Gesprächs zeigen zu können:

Filippo Larizza führte als Moderator durch das angeregte Gespräch.

Thematisiert wurden unter anderem:

- die aktuellen Entwicklungen in der Landwirtschaft
- was wird von Konsumenten gewünscht
- der Umgang mit den Preisentwicklungen
- mit welchen Herausforderungen müssen Landwirte in Zukunft rechnen

Teilnehmer

- Urs Siegenthaler, Sigis Biohof Schwand
- Markus Bucher, Farngut Bio-Bauernhof
- Roland Lenz, Bio Weinbauer
- Philipp Reim, BIORIEM Mein Biobauer
- Mathias Müller, Grossrat SVP, Berufsoffizier / Psychologe lic. Phil.
- Martin Iseli, Konsument & Netzwerker
- Filippo Larizza, Moderator, Bio- und Neurohacker
- Christian Oesch, Präsident Schweizerischer Verein WIR, Initiant WIR-Marktplatz



Der WIR-Marktplatz

WEITER DENKEN - NÄHER EINKAUFEN

DER WIR-MARKTPLATZ BRINGT PRODUZENTEN & KÄUFER ZUSAMMEN

Denn die Schweiz braucht unsere lokalen und regionalen Anbieter!

In Zeiten des Wandels erscheint es sinnvoll, sich auch mit der Lebensmittel-Versorgung zu beschäftigen. Wer weiss denn heute schon, von wo, von wem und - vor allem - WIE die Lebensmittel hergestellt werden, die täglich konsumiert werden? Wer weiss noch, was saisonal ist und was nicht und was es braucht, damit Gemüse und Früchte in idealer Umgebung wachsen und gedeihen können?

Die WIR-Marktplatz Plattform berücksichtigt diese Aspekte, denn lokal und regional einzukaufen bedeutet auch, wieder in den Kontakt mit den Herstellern und den Gegebenheiten der Natur zu gelangen. Dieses Modell basiert darauf, sich längerfristig vom Diktat der Grossverteiler zu lösen, um so naturwertschätzende und gesunde Lebensmittel herstellen und anbieten zu können.

OHNE DEN DRUCK DER GROSSVERTEILER - OHNE NÖTIGUNGEN - OHNE DISKRIMINIERUNGEN.

Die Produktionsbedingungen für Schweizer Bauern werden immer anspruchsvoller und die Grossabnehmer stellen Bedingungen an die Form und Beschaffenheit unserer Lebensmittel, welche mit einem verantwortungsvollen Umgang mit unseren Ressourcen selten im Einklang stehen. Um unsere wertvollen Lebensmittel und andere nützliche Produkte direkt vom Produzenten an die Käufer zu bringen, haben wir diese Plattform geschaffen. **Gemeinsam für eine lebens- und lebenswerte Schweiz!**

Unterstütze Unternehmerinnen und Unternehmer in Deiner Region und kaufe lokal ein!