

Gesund und fit mit natürlichen Vitalstoffen – www.vitalstoffe-online.ch

Nachhaltige Menstruationsprodukte für blutende Göttinnen und kluge Alltags-Sachen. Für bewusste Erdlinge. www.purpurtage.ch

Spezielle CDs zur tiefen körperlichen und mentalen Entspannung & Regeneration. Verbessern mit der Zeit auch den Kontakt zu Ihnen noch verborgenen Quellen. Aus der Praxis heraus sorgfältig für Sie entwickelt. Für leises, häufiges Hören über lange Zeit. www.intensibel.ch

Kinesiologie - schon mal probiert? Ich bin in der Ausbildung zur Integrativen Kinesiologin und auf der Suche nach Interessierten, an denen ich üben darf (Termine jeweils Freitags, Praxisraum gleich beim Römerhof). Alle weiteren Infos dazu www.ik-v.ch



Kurse/Seminare

www.gesund.ch. Therapeuten, Kurs-Kalender, Gratis-Inserate Infos

Ganz schön FEIERLICH auf Schloss Glarisegg: Goodbye! Hello! Silvester mit Alan Lowen und The Art of Being® vom 29. Dezember 2018 – 03. Januar 2019: In dieser Neujahrs-Odysee, die das Leben feiert, ist Zeit zum Meditieren, Tanzen und Singen, Zeit für spielerische & intime Begegnungen, Zeit fürs Sein. Schloss Glarisegg, 052 770 21 88, info@schloss-glarisegg.ch, www.schloss-glarisegg.ch

Workshop: Wie veröffentliche ich ein Buch? Mit Literaturagent Urs Heinz Aerni am 24. + 25. November 2018 in Lenzerheide. Infos: www.schweizerhof-lenzerheide.ch/de/special/workshop/

Wechseljahre – Tanz der Hormone: Die Phase der hormonellen Veränderung als Wachstumszeit und Chance nutzen, um mit veränderter Energie neue Herausfor-

derungen anzugehen und zu erleben. Tagesworkshop und weitere Angebote für Frauen: www.koerpersein.ch

Tango Argentino 50 plus. Ab Dienstag 8. Januar 2019 wöchentlich. Kurs für Neueinsteiger in Zürich-Oerlikon. Weitere Infos: 079 470 61 49 www.tango50plus.ch

Spezielle Kurse und Workshops zur nachhaltigen Steigerung der Lebensqualität. ErlebnisAbende, -Wochenenden und -Wochen. Nächste Events: ErlebnisAbende mit Dinner & optionalem Zusatztag, 9./10. & 23./24. November 2018, im schönen Hotel Lihn, Filzbach. www.intensibel.ch

Hervwärts. Die positiven und destruktiven Aspekte des eigenen Schutzverhaltens erkennen und neue Verhaltensmöglichkeiten entwickeln. 10.-11.11.2018 in Winterthur. www.ibp-institut.ch

Ondulierende Atemwelle. Vertiefen Sie den Selbstkontakt zu sich und gewinnen Sie ein neues Gleichgewicht. 27.01.2019 in Winterthur. www.ibp-institut.ch

Lebe deine Kraft. Ein Workshop, der leicht in den Alltag integrierbare Übungen und lebensnahe Theorie für einen achtsamen und bewussten Umgang mit sich selbst vermittelt. 22.-24.03.2019 in Winterthur. www.ibp-institut.ch

Ohne Wenn & Aber. Ein IBP -Workshop zum Thema Selbstfürsorge und Selbstmitgefühl. 18.-20.01.2019 in Winterthur. www.ibp-institut.ch

Märchenabend für Erwachsene. Mi, 12. Dez, 18.30 – ca. 20:30 Uhr. Hinwil ZH. Eintritt frei – Kollekte. Sie lauschen einem Märchen, aus dem Märchen pflücke ich eine Perle; die Perle ist eine gestalterische Sequenz für Sie zum Mitmachen. Ganz einfach, ganz schön. Weitere Infos: www.marinalussi.ch

Gestalterisch-märchenhafter Papier-Abend. Do, 22. Nov, 18.30 – 20.30 Uhr. Sie bringen ein paar alte oder nicht mehr benutzte Bücher mit, denen wir neues Leben verleihen werden. Ich freue mich darauf, diesen gestalterischen Abend mit Geschichten anzureichern. Weitere Infos: www.marinalussi.ch

Suchen

Doppelrustico zu verkaufen. Wintertaugliche umgebaute Wand- und Bodenheizung in Naturmaterialien. Solar-Holzherd. Zwanzig Autominuten von Locarno in Mergoscia. 2 (3) Autoeinstellplätze. Wer baut gerne selber individuell um? Baubewilligung vorhanden. Elektro und Kanalisation erschlossen. Wer hat Mut? Tel. 079 883 30 33 Zweitwohnsitz gegeben.

Verschiedenes

Wartet Ihr Haus, Keller, Estrich oder Büro schon lange darauf, aufgeräumt zu werden? Fehlt Ihnen jedoch die Zeit und eine tatkräftige Hilfe? Stunden- oder tageweise unterstütze ich Sie achtsam und professionell beim Aufräumen, Entrümpeln und Ordnen. Info: freiraum@silvana-jacober.ch, www.silvana-jacober.ch 079 795 81 53

Steinformen. www.gcocco.ch

Gratis-Inserate auf www.alternativweb.ch

Einführungskurs IBP erleben. Ein 3-tägiger Einführungskurs für Personen, die sich für die Weiter- und Fortbildungsprogramme in Integrativem Coaching IBP oder Integrativer Körperpsychotherapie IBP interessieren. 31.01.-02.02.2019. www.ibp-institut.ch

Seminarraum in Winterthur. 140 qm, für Kurse in den Bereichen Bewegung, Tanz und Therapie. Dauermieter profitieren von attraktiven Konditionen! www.ibp-seminarraum.ch, 052 212 34 30

Weiter-/Persönlichkeitsbildung

KörperSein – Sich in seinem Körper vertieft und authentisch erfahren – SichSein. Themen angehen – Körperlichkeit erleben – Lösungen finden. Sexualberatung, sexologische Körperarbeit / Sexualcoaching, Coaching, Workshops. www.koerpersein.ch

Infoabend Körperpsychotherapie mit Kindern. Kostenloser Anlass für alle, die mehr über die Fortbildung Körperpsychotherapie

mit Kindern erfahren möchten. 29.11.2018 in Winterthur. www.ibp-institut.ch

Integratives Coaching IBP / Integrative Beratung IBP. 3-jähriger berufsbegleitender Lehrgang für Fachleute aus wirtschaftlichen, sozialen, pädagogischen und psychologischen Berufen. BSO und SGfB anerkannt. Infoabend: 14.11.2018 in Basel, 09.01.2019 in Winterthur. Start Lehrgang: 13.03.2019. www.ibp-institut.ch

Telefonische Lebensberatung * Beruf * Partnerschaft * Spiritualität * Dr. Gina Feistel * langjährige Erfahrung * www.eigener-weg.de



Wohnen

In unserem Mehrgenerationenhaus suchen wir Familien für unsere 3-4 Zimmerwohnungen. Wir bieten eine kinderfreundliche Umgebung in der Natur, Gartenanteil und angegliederten Bio- Bauernhof, mitbestimmen und mitgestalten ist bei uns selbstverständlich. Wir wohnen im schönen Toggenburg 25 Bahnminuten von St. Gallen. Tel: 052 625 11 01 susan.danuser@bluewin.ch

Eine grosse Auswahl an Naturbettwaren und Massivholzmöbeln finden Sie im Naturbett-Center.ch in Jona. 055/212 20 27. Wir freuen uns auf Sie.

Wohnen in Tinyhaus-Siedlung: Wir suchen Menschen, die sich beim Aufbau einer Kleinhaus-Siedlung engagieren und individuelles Wohnen mit Gemeinschaft kombinieren möchten. Eine ökologische Grundhaltung ist uns wichtig. Melde dich und mache mit bei unserem Projekt! beahas@bluewin.ch

Reif für die Insel? Mut fürs Neue? Wir suchen Menschen, die Lust auf ein sinnstiftendes, genossenschaftliches Lebenskonzept auf den Kanaren haben. +49 1575 209 7610. <http://20.cape-community.org>

«Es wird auf der Welt keinen Frieden geben, solange in der Liebe Krieg ist.»

Dieser Satz der Journalistin und Friedensaktivistin Leila Dregger ist buchstäblich um die Welt gegangen.

Und dies ist die bewegende Geschichte einer Frau, die sich nicht geschont hat, erst recht nicht beim Schreiben dieses Buches. Ihre Geschichte ist ein Zeugnis dafür, dass die Kraft wächst, wenn man sie braucht.



Leila Dregger: Frau-Sein allein genügt nicht – mein Weg als Aktivistin für Frieden und Liebe. edition Zeitpunkt, 2017. Ca. 180 S. CHF 19.–/€ 17.–. CHF 15.–/€ 13.– (exkl. Versand).