

GGB

Gesellschaft für Gesundheitsberatung
GGB e.V.



AUS LIEBE ZUM LEBEN!

HIER KOMMT IHR
TAGUNGSBEGLEITER



Online-Tagung vom 23. – 25. Oktober 2020

HERZLICH WILLKOMMEN!

Liebe Freunde der GGB,

wir freuen uns, Sie auf unseren „Gesundheitstagen“ im Herbst willkommen heißen zu dürfen, die zum ersten Mal in der Geschichte des Dr.-Max-Otto-Bruker-Hauses online stattfinden. Unsere halbjährigen Tagungen sind etwas ganz Besonderes für uns und das nicht nur aufgrund der spannenden Vorträge, sondern insbesondere, da wir das Wiedersehen, den Austausch und den persönlichen Kontakt mit Ihnen sehr schätzen und genießen.

Aus diesem Grund hätten wir eine virtuelle Tagungsform sicherlich nicht so schnell aus eigener Motivation heraus gewählt. Doch die aktuelle Situation macht leider Vieles unmöglich, was noch vor weniger als einem Jahr ganz selbstverständlich war. Wir werden uns davon jedoch nicht ausbremsen lassen, sondern nehmen die Herausforderungen an, vor die uns diese ungewöhnliche Lage stellt, und versuchen das Beste aus ihr zu machen. Danke, dass Sie uns mit Ihrer Teilnahme an unserer Online-Tagung dabei unterstützen!

Unser Ziel ist es, dass die „Gesundheitstage“ im Herbst für Sie trotz allem zu einem ganz besonderen Erlebnis werden. Aus diesem Grund haben wir Ihnen diesen persönlichen Tagungsbegleiter zugeschickt. Er wird das tun, was wir im Moment leider nur eingeschränkt tun können: Sie durch

das Tagungswochenende begleiten, Ihnen ein paar neue Anregungen zuflüstern und hoffentlich auch ein paar ungeklärte Fragen beantworten. Auf den nächsten Seiten finden Sie eine Schritt-für-Schritt-Anleitung für einen reibungslosen technischen Ablauf, zusammen mit einigen Tipps und Tricks für ein besonders schönes visuelles und akustisches Tagungserlebnis. Diese Broschüre wird Sie außerdem durch das Programm führen und Ihnen dabei interessante Informationen über Vorträge, Referenten und natürlich auch über eine empfehlenswerte Hintergrundlektüre bereitstellen. Sollte dabei trotzdem noch eine Frage unbeantwortet bleiben, zögern Sie bitte nicht, sich bei uns zu melden. Natürlich werden wir Ihnen auch aus der Ferne, so gut es uns möglich ist, mit Rat und Tat zur Seite stehen.

Wir wünschen Ihnen eine wunderschöne Tagung und viel Freude bei unserem spannenden Vortragsprogramm!

Liebe Grüße
Ihr Team aus dem Bruker-Haus

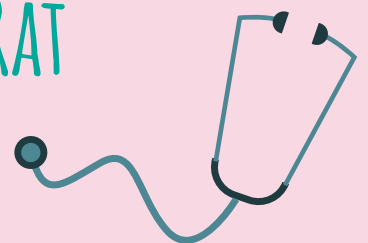


ÄRZTLICHER UND PSYCHOTHERAPEUTISCHER RAT AUS GANZHEITLICHER SICHT

Am Sonntag wird wie gewohnt unser „Ärztlicher und Psychotherapeutischer Rat aus ganzheitlicher Sicht“ stattfinden. Eigentlich fast so wie immer – nur dass sich unsere Sammelbox für Fragen dieses Jahr hinter einer E-Mail-Adresse verbirgt.

Sie können uns Ihre Fragen rund um verschiedene gesundheitliche Themen bis Samstagabend mit

dem Betreff „Ärztlicher Rat“ an socialmedia@ggb-lahnstein.de senden. Wir werden diese sammeln und sie am Sonntag live unserem ganzheitlich arbeitenden Arzt Dr. med. Jürgen Birmanns und unserem Psychologischen Psychotherapeuten Hassan El Khomri stellen. Wir freuen uns auf Ihre Einsendungen!



SCHRITT-FÜR-SCHRITT-ANLEITUNG



1.) Tagung buchen

Auf unserer Webseite unter:
www.gesundheitsberater.de



Ab 16.
Okt.



2.) Tagung bezahlen

Zahlungseingang bis
spätestens 22. Oktober.

3.) Link & Zugangsdaten erhalten

Mit persönlichen Zugangsdaten einloggen auf:
www.gesundheitsberater.de/gesundheitstage
Am 22. ab 17:00 Uhr gibt es einen Test-Stream.

TIPPS FÜR EINE ENTSPANNT ONLINE-TAGUNG

Vollbildmodus

Verwenden Sie beim Schauen der Live-Streams immer den Vollbildmodus. Klicken Sie hierzu auf das Vollbild-Symbol ganz unten rechts im jeweiligen Video-Player. Zum Schließen klicken Sie erneut auf das Vollbild-Symbol oder auf die „Esc“-Taste Ihrer Tastatur (ganz links oben).



Machen Sie es sich bequem

Wenn es die Umgebungsbedingungen (z.B. der Internetzugang) hergeben, ziehen Sie mit Ihrem Computer oder Laptop in das Wohnzimmer um. Wenn möglich, können Sie Ihr Gerät auch mit einem HDMI-Kabel an einen Fernseher anschließen.



Wenn Sie Hilfe bei der Einrichtung benötigen, wenden Sie sich am besten an technisch bewanderte Familienangehörige oder Freunde, die vor Ort sein können und Ihnen bestimmt gerne helfen, die Tagung zu Hause bestmöglich zu genießen.



Ab 23.
Okt.

Bis 01.
Nov.



4.) Live-Streams genießen

Jeder Live-Stream läuft in einem eigenen Video-Player und steht anschließend bis zum 1. November zum Anschauen zur Verfügung

Für den guten Ton

Falls vorhanden, schließen Sie Boxen an Ihr Gerät an. So verstehen Sie unsere Referenten auch bei Umgebungsgeräuschen oder im Nebenzimmer.

Generalprobe

Wenn Sie das Video über das Bruker-Haus auf unserer Startseite www.gesundheitsberater.de mit Ton anschauen können, dann sollte auch der Live-Stream später funktionieren. Am Donnerstag, den 22. Oktober, bieten wir zudem von 17:00 bis 19:00 Uhr einen Test-Live-Stream unter dem Tagungslink an.

Gibt es Probleme?

Zögern Sie bitte nicht, sich bei uns zu melden, wenn es Probleme mit dem Live-Stream gibt. Sie können uns während des Tagungswochenendes hier erreichen:

Telefon: 02621 9170 – 11, – 14 oder – 19
E-Mail: socialmedia@ggb-lahnstein.de



DAS PROGRAMM ERWARTET SIE:

FREITAG

17.00 Uhr
Begrüßung

17.15 Uhr
**Nachhaltig und biologisch
imkern**
Julian Detemple

19.30 Uhr
**5G-Mobilfunk – Mehr Risiken
als Chancen**
Prof. Dr. Klaus Buchner

SAMSTAG

09.00 Uhr
**Naturgarten für Umwelt
und Mensch**
Heike Boomgaarden

10.30 Uhr
**Depression – Betroffene und
ihre Angehörigen**
Dipl.-Psych. Hassan El Khomri

12.00 Uhr
**Betrachte den Menschen
als ein Bergwerk reich an
Edelsteinen**
Dr. med. Nawid Peseschkian

14.30 Uhr
**Virusangst –
Gefahr oder Geschäft?**
Univ.-Doz. (Wien)
Dr. med. Gerd Reuther

16.00 Uhr
Auf dem Weg, den niemand kennt
Manuela Thoma-Adofo

19.00 Uhr
**So wie meine Mutter? Nie! – Zum
Prozess von Abgrenzung und
Selbstfindung**
Julia und Maya Onken

20.00 Uhr
**Blitzschlag der Liebe – Die Magie
der ersten Begegnung**
Dr. phil. Mathias Jung

SONNTAG

08.30 Uhr
**Ärztlicher und
Psychotherapeutischer
Rat aus ganzheitlicher Sicht**
Dr. med. Jürgen Birmanns
Dipl.-Psych. Hassan El Khomri

11.00 Uhr
Aufstehen gegen Hass
Dr. theol. Eugen Drewermann

12.30 Uhr
Ende der Tagung



JETZT KANN ES LOSGEHEN...

„ Es kommt nicht darauf an, wie alt man wird, sondern wie man alt wird und seine Aufgaben in diesem Leben erfüllt.

M. O. Brucher

Freitag, 17.00 Uhr

Begrüßung

Freitag, 17.15 Uhr

Nachhaltig und biologisch imkern
Julian Detemple



Julian Detemple gewährt in seinem Vortrag Einblicke in die Arbeit mit den Bienen im Jahresablauf. Er spricht dabei auch über die Gewinnung von

Honig und anderen Produkten und geht auf die besonderen Ansprüche der biologischen Bienenhaltung ein.



Julian Detemple befasste sich nach dem Abschluss der Tischler-Lehre in einer biologisch arbeitenden Schreinerei mit einer bewussten Ernährungsweise, der Selbstversorgung und der Erzeugung von biologischen

Lebensmitteln. 2017 kamen die ersten eigenen Bienen dazu. Was anfangs als ergänzendes Hobby gedacht war, wurde im Laufe der letzten Jahre zu einer BIOLAND-zertifizierten Imkerei.

Tipps vom emu-verlag



Friedrich Pohl:
1 x 1 des Imkerns: Das Praxisbuch

Der fundierte Ratgeber bietet Einsteigern klare Handlungsanweisungen: angefangen von der Biologie der Honigbiene über die einzelnen Arbeitsschritte am Bienenstock bis zu Fütterung, Honiggewinnung und Bienengesundheit.

176 Seiten, Gebunden, 19,99 €



Günter Friedmann, Angelika Sust:
Bienengemäß imkern: Das Praxis-Handbuch

Das erste umfassende Standardwerk zum ökologischen Imkern auf Basis der »Demeter«-Leitlinien. Nachhaltig und tiergerecht: ein Beitrag zur Stärkung des Ökosystems. Profi-Wissen aus erster Hand vom Pionier des ökologischen Imkerns. Schritt-für-Schritt-Anleitungen für Einsteiger & Profis.

176 Seiten, Gebunden, 24,99 €

Unser Tipp für den perfekten Tagungssnack:
Rote-Bete-Bruschetta

LECKER!

- 200 g Rote Bete mit Schale
- 2 Knoblauch-Zehen
- Meersalz
- Pfeffer
- Apfelessig
- Kräutersalz
- Picata
- Honig
- Olivenöl

Rote Bete und Knoblauch ganz klein würfeln und mit den restlichen Zutaten deftig abschmecken, da die Rote Bete viel Gewürz zieht. Wir empfehlen, nicht mit dem Knoblauch zu sparen – so wird es zumindest zum Vorteil, dass Sie das Wochenende gemütlich zuhause verbringen und sich nicht vor Ihren Sitznachbarn in der Stadthalle rechtfertigen müssen ... Auf frisch gebackenes Vollkorn-Brot oder -Baguette streichen und verspeisen.

DA STECKT SPANNUNG DRIN!



Freitag, 19.30 Uhr

5G-Mobilfunk – Mehr Risiken als Chancen

Prof. Dr. Klaus Buchner

Prof. Dr. Klaus Buchner berichtet über seine Arbeit in der Kompetenzinitiative zum Schutz von Mensch, Umwelt und Demokratie e. V. Sie stellt eine internationale, interdisziplinäre und überparteiliche Fachvereinigung insbesondere von Wissenschaftlern, Ärzten, Juristen und Technikern dar und engagiert sich für einen zeitgemäßen Gesundheits- und Umweltschutz, vor allem auf dem

Gebiet des Mobil- und Kommunikationsfunks. Als promovierter Physiker erläutert er, welche schwerwiegenden gesundheitlichen Folgen durch den 5G-Mobilfunk entstehen können und wie entsprechende Grenzwerte zur Strahlenbelastung festgelegt werden. Zudem gibt er praktische Tipps für einen Alltag mit möglichst wenig Strahlung.



Prof. Dr. Klaus Buchner

studierte Physik und erwarb seinen Abschluss in „Elementary Particles“. Ab 1965 arbeitete er unter anderem am Max-Planck-Institut für Physik und Astrophysik in München, an dem er auch promovierte, und am europäischen Forschungszentrum CERN

in Genf. Von 1973 bis zu seiner Pensionierung im Jahr 2006 war er Dozent und Professor an der Technischen Universität München. Er ist Mitglied der Ökologisch-Demokratischen Partei (ÖDP)

und setzte sich als ihr Bundesvorsitzender von 2003 bis 2010 insbesondere für eine Vernetzung mit lokalen Bürgerinitiativen ein. Der Schwerpunkt seiner Arbeit lag im Kampf gegen die Atomkraft und in der Aufklärung über undemokratische Freihandelsabkommen wie TTIP, CETA und TISA. Am 25. Mai 2014 wurde er zum Mitglied des Europäischen Parlamentes gewählt und war damit der erste Europa-Abgeordnete in der Geschichte der ÖDP. Seit 2018 ist er Vorstandsmitglied der Kompetenzinitiative zum Schutz von Mensch, Umwelt und Demokratie e.V.

Tipps vom emu-verlag



Klaus Scheidsteger:

Thank you for calling

Dieser Film ist das Resultat einer zehn Jahre dauernden Recherche im Thema Mobilfunk. Er zeichnet die wesentlichen Stationen, Begegnungen und Ereignisse nach, die der Autor unternommen hat, um dem Thema gerecht zu werden. Der Film führt den Zuschauer ebenso hinter die Kulissen einer Schadensersatz-Prozess-Lawine in den USA, wie in die Labors der weltweit relevanten Mobilfunkforschung. Er deckt Zusammenhänge verständlich

und nachvollziehbar auf, Zusammenhänge,

die dem Zuschauer darüber Klarheit verschaffen werden, wie es der Industrie gelingen konnte, uns alle zu braven und sorglosen Konsumenten zu machen.

Der Film als DVD, 85 Min.: 17,90 €

Das Buch zum Film, 226 Seiten: 19,80€

Ein bisschen Bewegung

An so einem Tagungswochenende sitzt man ziemlich viel. Vergessen Sie deshalb nicht, sich auch mal ein wenig zu bewegen oder an die frische Luft zu gehen. Ein paar einfache Dehnübungen oder ein

kleiner Spaziergang regen den Kreislauf an, lockern die Muskeln auf und erhöhen gleichzeitig auch noch die Konzentration für den nächsten Vortrag.



AUSGESCHLAFEN GEHT ES WEITER.....

Samstag, 9.00 Uhr

Naturgarten für Umwelt und Mensch Heike Boomgaarden

Heike Boomgaarden berichtet über die Bedrohung für die Menschheit, die der Verlust der biologischen Vielfalt darstellt. Denn mit der Zerstörung der Biodiversität nehmen die von der Natur bereitgestellten Leistungen, die so genannten Ökosystemdienstleistungen, stetig ab. Sie sind für das menschliche Leben unverzichtbar. Frau Boomgaarden erklärt, dass die Erhaltung der Biodiversität in unseren Händen liegt,

weshalb Naturgärten einen großen Beitrag zur Erhaltung der Vielfalt leisten und wie diese sehr einfach in Bausteinen umzusetzen sind. Zusammenfassend ist dieser Vortrag eine Einladung an Sie: Machen Sie Ihren Garten zu einem Paradies für das Leben und freuen Sie sich an der Schönheit der Natur.



Heike Boomgaarden ist Diplom-Gartenbauingenieurin und Gartenexpertin in TV und Rundfunk sowie den Printmedien. Sie ist Vizepräsidentin der Deutschen Gartenbau-Gesellschaft 1822 e. V. sowie

Buchautorin und Moderatorin. 2010 und 2012 erhielt sie eine Goldmedaille für die „Essbare Stadt Andernach“ beim Bundeswettbewerb „Entente Florale“.



Tipps vom emu-verlag



Heike Boomgaarden, Bärbel Ofring, Werner Ollig:
Naturgarten für Anfänger

Mit den 35 Bausteinen in diesem Buch können Sie sich einen Naturgarten nach Wunsch zusammenbauen: Ob ein Stückchen Wiese statt Rasen, regionale Materialien für die Trockenmauer, leckere Ernte aus dem Hochbeet oder der Mischkultur oder Reisighaufen, Bienen-Tankstelle und Fledermaus-Villa für die Tiere. **144 Seiten, Gebunden, 19,90 €**



Heike Boomgaarden:
Natürlich Heike

- Die persönliche Gartenwelt der Fernseh- und Radio-Gartenexpertin
 - Gartengeschichten, die das Leben schreibt
 - Erprobte Kniffe für den Blumen-, Obst- und Gemüsegarten
 - Leckere Rezepte und Dekoideen für Haus und Garten
- 160 Seiten, Gebunden, 9,90 €**



Übrigens: Ein Besuch im Dr.-Max-Otto-Bruker-Garten lohnt sich!

Gesundheit an Leib und Seele – dazu gehörte für den Gartenliebhaber Dr. Bruker der verantwortungsvolle Umgang mit der Natur und die Anerkennung der Schöpfungsgesetze. Dieser wunderschön gestaltete Garten steckt voller Überraschungen. Der obere Garten ist hell und farbenfroh mit Kräutern, Teesorten und homöopathischen Pflanzen angelegt. Dem schließt sich ein naturbelassener „Urwald“ an.

DEPRESSION – MEHR ALS NUR TRAUERIG.

” Nur der Mut,
sich selbst zu lieben,
bringt die Sinnerfüllung
des Lebens.

Max O. Bruker

Samstag, 10.30 Uhr

Depression – Betroffene und ihre Angehörigen Dipl.-Psych. Hassan El Khomri

Hassan El Khomri spricht in seinem Vortrag über die Volkskrankheit Depression. Trotz der explosionsartigen Verschreibung von Antidepressiva steigt die Anzahl der depressiven Menschen stetig an. Er erläutert, dass von der Depression nicht nur die Depressiven selbst betroffen sind, sondern auch ihre Familien, ihre Arbeitgeber und die Gesellschaft im Allgemeinen.



Hassan El Khomri, Psychologischer Psychotherapeut
machte ein Studium zum Diplom-Psychologen an der Universität Gießen und anschließend die Ausbildung zum Psychologischen Psychotherapeuten.

In dieser Konsequenz geht er auf die Fragen ein: Wie äußern sich die Depressionen? Welche Ursachen hat diese Volkskrankheit? Wie können wir Depressionen bewältigen? Wie können Angehörige mit ihrem depressiven Angehörigen umgehen, ohne sich zu überfordern oder die Genesung des Depressiven zu beeinträchtigen?

Seit 2004 ist Hassan El Khomri darüber hinaus Gesundheitsberater GGB. Er bietet Sprechstunden im Dr.-Max-Otto-Bruker-Haus an und hält zusätzlich jeden Montag einen kostenlosen „Gesprächskreis Lebensberatung“.

Tipps vom emu-verlag



Dr. phil. Mathias Jung:
Die erschöpfte Seele

Depression ist eine Volkskrankheit. Sie gehört zu den verbreitetsten Erkrankungen des modernen Menschen überhaupt. Gleichzeitig empfinden die Betroffenen Scham für ihre Krankheit. Das gilt besonders für Männer. Die Depression ist ein Tabu.

163 Seiten, Gebunden, 16,80 €

Johann Hari
Der Welt nicht mehr verbunden: Die wahren Ursachen von Depressionen - und unerwartete Lösungen

»Mit seinem persönlichen Erfahrungsbericht und der gleichzeitigen Gesellschaftsanalyse trifft Johann Hari den Nerv unserer Zeit.«
psychologie.neuropraxis
400 Seiten, Gebunden, 20,00 €

Joachim Bauer
Das Gedächtnis des Körpers

Joachim Bauer macht dieses Zusammenwirken von Geist und Genen erstmals populär verständlich – und setzt sich ein für einen bewussteren Umgang mit der menschlichen Seele.

270 Seiten, Taschenbuch, 11,00 €

Kleiner Frischkost-Snack

An einem langen Tagungswochenende sollte die Frischkost auf keinen Fall zu kurz kommen. Wie wäre es mit einem kleinen Frischkost-Snack für zwischendurch?

- Gurke
- Paprika
- Karotten
- Kohlrabi
- weiteres Gemüse nach Wahl

TIPP!

Gemüse in Stifte schneiden. Dazu empfehlen wir einen schnellen Sauerrahm-Dip.

- 200 g Sauerrahm oder Schmand
- 1 Bund Schnittlauch
- Vollmeersalz
- Pfeffer
- Paprikapulver

Schneiden Sie den Schnittlauch in Röllchen und verrühren Sie ihn mit dem Schmand und den Gewürzen.

Dip-Rezept aus „Einfach selbst gemacht“,
Ilse Gutjahr/Christel Beck, 12,80 €

WIE ENTSTEHT EIGENTLICH LEBENSFREUDE?

Samstag, 12.00 Uhr

Betrachte den Menschen als ein Bergwerk reich an Edelsteinen

Dr. med. Nawid Peseschkian

Dr. med. Nawid Peseschkian zeigt in humorvoller Art, wie wir in unserem Alltagsleben viel leichter zurechtkommen, wenn wir das folgende Zitat beherzigen:

„Der Mensch gleicht einem Bergwerk reich an Edelsteinen von unschätzbarem Wert“.

Themen, die behandelt werden, sind u.a. positive Einstellung zum Leben, meine Sichtweise, meine Haltung, wieviel bringe ich mich im Leben ein. Wieviel leichter wird es uns fallen, wenn jemand im Straßenverkehr uns einen Vogel zeigt, wenn wir ihn als „ungeschliffenen“ Edelstein betrachten.



Dr. med. Nawid Peseschkian studierte Medizin an der Johannes-Gutenberg-Universität Mainz und ist Facharzt für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie sowie Facharzt für Psychi-

atrie und Psychotherapie. Er war seit 1989 ärztlich in verschiedenen Kliniken für Kinder- und Jugendpsychiatrie & Psychotherapie tätig. Seit 1998 ist er niedergelassen in eigener Facharztpraxis mit sozialpsychiatrischem Schwerpunkt in Wiesbaden.

Tipps vom emu-verlag



**Nossrat Peseschkian/
Nawid Peseschkian/
Manije Peseschkian
Lebensfreude statt Stress**

Dieses Buch bietet die Chance, den negativen Kreislauf von Erschöpfung und Stress zu durchbrechen und neue Kraft und Perspektiven zu gewinnen. Gestresste, die an klassischen Symptomen von allgemeiner Unruhe über Schlafstörun-

gen bis zu Herzrhythmusstörungen leiden, finden über die Methode der „Positiven Psychotherapie“ eine genaue Anleitung, was sie selbst tun können. Nachdem die persönlichen Stressfaktoren aufgespürt sind, führt das 4-Wochen-Programm garantiert zu neuer Lebensfreude
**Taschenbuch 160 Seiten 19,90 €,
CD 14,95 €**



**Nossrat Peseschkian
Wenn du willst, was du
noch nie gehabt hast, dann tu,
was du noch nie getan hast**

Eine knapp formulierte Weisheit, eine aufschlussreiche Szene bewirken oft einen erstaunlichen Erkenntnisgewinn über sich selbst und andere. Geschichten sind Medizin für die Seele.
**Taschenbuch 128 Seiten 12,00 €,
CD 5,00 €**

Ein schnelles Mittagessen für zwischendurch: Kartoffelpommes mit Ketchup

Für die Pommes:

- 2-3 Kartoffeln
- Paprikapulver
- Peperonisalz
- Pfeffer, frisch gemahlen
- Olivenöl

Kartoffeln waschen und mit Schale in Stifte schneiden. In Olivenöl schwenken, Gewürze zugeben und auf einem gefetteten Backblech verteilen. Im vorgeheizten Backofen (200° C) für etwa 20 – 30 Minuten backen.

Für das Ketchup:

- 1 Glas Bio-Tomatenmark (370 g)
- 1 EL Honig
- 3 - 4 EL Olivenöl
- 3 EL Apfelessig oder weißer Balsamico
- Kräutersalz
- Pfeffer, frisch gemahlen
- Chili (scharf!)
- 2 geh. TL Curry
- 1/2 TL Kurkuma

Alle Zutaten miteinander verrühren. Mit heißem Wasser in die gewünschte Konsistenz bringen.
*Ketchup-Rezept aus „Einfach selbst gemacht“,
Ilse Gutjahr/Christel Beck, 12,80 €*

MIAM!

M. J. Becker

Samstag, 14.30 Uhr

Virusangst – Gefahr oder Geschäft? Univ.-Doz. (Wien) Dr. med. Gerd Reuther

Nichts ist gefährlicher als eine Bedrohung, die man nicht sehen, nicht riechen und nicht hören kann. Es eignet sich aber auch nichts besser für ein Geschäft, wenn die Geldquelle nicht riecht – pecunia non olet. Wie groß ist die Gefährdung durch ein Coronavirus wirklich? Kann und muss man sich schützen? Sind die hohen Schutzgeldzahlungen an



Dr. med. Gerd Reuther ist Facharzt für Radiologie, Dozent für Bildgebende Diagnostik und Medizinkritiker. Mit 32 war er einer der jüngsten Chefärzte und mit 55 hängte er seine Tätigkeit als klinischer Radiologe an den Nagel - ohne Wenn und Aber.

Seither hat er 2 Bücher veröffentlicht, die unserem Medizinsystem kein gutes Zeugnis ausstellen. Seine Botschaft dabei: für ein langes und

Ärzte und Pharmaindustrie gut angelegtes Geld? Oder können Viren mehr Teil einer Heilung als einer Krankheit sein? Diese und andere Fragen zur aktuellen Krisenbeschwörung im Zeichen eines Virus beantwortet der Arzt, Medizinkritiker und Medizinhistoriker Gerd Reuther.

gesundes Leben braucht es nur selten einen Arzt. Die Chancen einer Heilung durch Medizin werden systematisch überschätzt, die Risiken verkannt. In seiner fundierten Analyse der Vorgänge im Gesundheitswesen greift er nicht nur auf seine fast 30-jährige Berufserfahrung zurück, sondern hat auch Tausende von Studien gesichtet. Er sieht das größere Bild: Mit einer gänzlich anderen Medizin wurde in früheren Jahrhunderten nicht mehr gestorben als heute.

Tipps vom emu-verlag

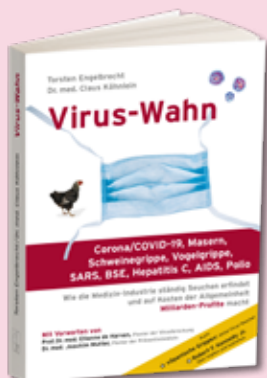


Gerd Reuther: Der betrogene Patient

Nie waren die Heilungsversprechen größer als heute und doch ist die ärztliche Behandlung zu unserer häufigsten Todesursache geworden. Wer den Therapieempfehlungen der Mediziner rückhaltlos vertraut, scheidet sich häufiger, als er sich nützt. Erschreckend viele Behandlungen

sind ohne nachgewiesene Wirksamkeit und oft wäre das Abwarten des Spontanverlaufs sogar wirksamer und nachhaltiger. Schonungslos ehrlich seziert Dr. med. Gerd Reuther nach über 30 Jahren als Arzt seinen Berufsstand. Er deckt auf, dass die Medizin häufig nicht auf das langfristige Wohlergehen der Kranken abzielt, sondern in erster Linie die Kasse der Kliniken und Praxen

füllen soll. Seine Abrechnung ist aber nicht hoffnungslos, denn er zeigt auch auf, wie eine neue, bessere Medizin aussehen könnte. Sie müsste mit einer anderen Vergütung medizinischer Dienstleistungen beginnen und Geld dürfte nicht mehr über Leben und Tod bestimmen. **416 Seiten, Gebunden, 19,99 €**



Torsten Engelbrecht Dr. med. Claus Köhlein Virus-Wahn

Von Corona bis zur Spanischen Grippe – Die umfangreichste kritische Analyse der letzten 100 Jahre 'Virus-Seuchen'.

- Belegt mit über 1.300 Quellenangaben
- Um die Themen Corona/COVID-19 und Masern erweiterte und überarbeitete Neuauflage

„Das Buch ‚Virus-Wahn‘ kann als das erste Werk bezeichnet werden, in dem die Fehler, die Betrügereien und generellen Fehlinformationen, die von offiziellen Stellen über fragwürdige oder nicht durch Viren bedingte Infektionen verbreitet werden, vollständig aufgedeckt werden.“

*Prof. Dr. med. Gordon Stewart,
Experte für Infektionskrankheiten,
ehemaliger Berater der WHO*

Aus dem Klappentext:

»Was müssen wir tun? Der erste Schritt ist, sich von Illusionen zu lösen und zu realisieren, dass der primäre Zweck der modernen durchkommerzialiserten Medizinwissenschaft nicht ist, die Gesundheit der Patienten zu maximieren, sondern den Profit«, so John Abramson von der Harvard Medical School.

454 Seiten, Broschur, 19,90 €

AUF DEM LETZTEN WEG...



Samstag, 16.00 Uhr

Auf dem Weg, den niemand kennt

Manuela Thoma-Adofo

Mit ihrem Buch „Auf dem Weg, den niemand kennt“ enttabuisiert Manuela Thoma-Adofo die Themen Tod und Sterben. Sie nimmt Ängste und vermittelt ihr Motto „Leben bis zuletzt“ einfühlsam, humorvoll und lebendig. Sie wird Sie in diesem Vortrag auf die Reise mitnehmen, die sie zu der Hospizhelferin hat werden lassen, die sie heute ist. Manuela Thoma-Adofo erläutert, woher die Angst vor dem letzten Lebensabschnitt kommt, warum man Kinder nicht aus dieser Phase heraus-

halten und warum der Besuch der Stationskatze oder eine Zigarre in den letzten Stunden den gleichen Wert haben kann wie ein Bungeesprung oder eine Reise in jungen Jahren.

Zusätzlich gibt sie konkrete Tipps zum Umgang mit Sterbenden, deren Umsetzung es beiden Seiten leichter macht, denen, die gehen und denen, die zurückbleiben.

Denn niemand ist gerne alleine auf Wegen, die man nicht kennt.



Manuela Thoma-Adofo ist hauptberuflich Schriftstellerin, Referentin und Model. Sie ist ehrenamtliche Hospizhelferin und betreute zahlreiche Menschen in ihren letzten Monaten, Tagen und Stunden. In ihrem aktuellen Buch

„Auf dem Weg, den niemand kennt“ (Kösel Verlag, 2019) hat sie ihre Erfahrungen als Hospizhelferin verarbeitet.

Tipps vom emu-verlag



Manuela Thoma-Adofo:
Auf dem Weg, den niemand kennt

Menschen bis zum Ende zu begleiten, entschieden für sie da zu sein und ihre manchmal sehr außergewöhnlichen Wünsche, Gedanken und Gefühle ernst zu nehmen, ist der Autorin außerordentlich wichtig. Die Begegnungen mit Sterbenden, die Manuela Thoma-Adofo schildert, sind geprägt von Herzlichkeit, Anteilnahme und einer guten Portion Humor.

192 Seiten, Gebunden, 17,00 €



Beate Lakotta, Walter Schels:
Noch mal leben vor dem Tod

Fünfundzwanzig Geschichten von Menschen, die unheilbar krank sind, die davon erzählen, wie es ist, dem Tod sehr nahe zu sein und Abschied vom Leben nehmen zu müssen. Eindrucksvolle Porträts, aufgenommen kurze Zeit vor und unmittelbar nach dem Tod, begleiten sie.

224 Seiten, Gebunden, 39,90 €

Rezepttipp

Haben Sie Lust auf eine vollwertige Süßigkeit? Dann könnten Sie sich den letzten Vortrag für heute mit einem **Bananen-Eiskonfekt** versüßen.

- Vier reife Bananen
- flüssiger Honig
- Kakaopulver
- Gehackte Mandeln oder Nüsse nach Wahl

Bananen schälen, mit Honig bepinseln, mit Kakao bestäuben und in gehackten Nüssen wälzen. Danach die Banane in dicke Scheiben schneiden und auf der Schnittseite liegend in einer Schale mit Deckel für mindestens eine Stunde einfrieren. Servieren Sie das Eiskonfekt gefroren als kleine Süßigkeit. Tipp: Lassen Sie das Eiskonfekt nicht auftauen, es schmeckt gefroren besser.

Rezept aus „Fantastisch frisch!“

Doris Böge/Kirsten Christoff, 17,80 €

AMÜSANT & SPANNUNGSGELADEN

Samstag, 19.00 Uhr

So wie meine Mutter? Nie! – Zum Prozess von Abgrenzung und Selbstfindung Julia und Maya Onken

Julia und Maya Onken werden in ihrem Vortrag über die ganz besondere Beziehung zwischen Mutter und Tochter sprechen. Durch die spezielle Nähe und Verbundenheit kann es leicht zu Irritationen kommen, die sich belastend auswirken. Damit es gelingt, dass sich diese Beziehung für beide stärkend auswirkt, erachten es die beiden als hilfreich, die wichtigsten Regeln kennenzulernen. Töchter wünschen sich selbstbewusste Mütter, auf die sie stolz sein können. Mütter wünschen sich

„gute“ Töchter, auf die sie sich verlassen können. Oft ist es schwierig, sich von den gegenseitigen Erwartungen abzugrenzen, um die eigenen Wünsche und Bedürfnisse umzusetzen.

Julia und Maya Onken erzählen aus ihrer Beziehung, die nicht immer einfach, sondern oft spannungsgeladen ist, und geben damit Denkanstöße, wie konstruktiv damit umgegangen werden kann.



Julia Onken ist diplomierte Psychologin, Psychotherapeutin und Gründerin und Leiterin des „Frauenseminars Bodensee“. Sie lebt am Bodensee und ist erfolgreiche Sachbuchautorin.

Lic. Phil. Maya Onken studierte Germanistik, Pädagogik und Didaktik. Sie arbeitete zehn Jahre lang als Ausbildungsleiterin und Personalverantwortliche in der Privatwirtschaft. Seit 2012 führt sie die OnkenAcademy, arbeitet als Dozentin, Vortragende und Autorin der Bücher „Nestkälte – Vom Lügen, Betrügen und Verzeihen“ und „Heisssss – Eine Lustreise zur Sexgöttin“. Mit ihrer Mutter Julia Onken schrieb sie den Bestseller „Hilfe, ich bin eine emanzipierte Mutter“.

Tipps vom emu-verlag



Julia Onken / Maya Onken: Hilfe, ich bin eine emanzipierte Mutter

Dieses Buch will in der Beschreibung des alltäglichen Wahnsinns das Tabu der perfekten Frau und Mutter brechen. Himmel und Hölle der Emanzipation aufzeigen. Denkanstöße geben. Zum Lachen bringen. Und eigene Lösungsperspektiven entwickeln und aufzeigen.

236 Seiten, Taschenbuch, 9,90 €



Julia Onken: Rabentöchter

Die meisten Töchter wollen nicht werden wie ihre Mutter. Bloß nicht! Mütter genießen in unserer Gesellschaft keine besondere Wertschätzung. Im Extremfall verzichten Töchter deshalb sogar auf eigene Kinder. Doch die Ablehnung der Mütter lässt die Töchter den Kontakt zu sich selbst verlieren. Nur über die Rehabilitierung der eigenen Mutter finden die Töchter zu sich selbst und zu einer kraftvollen eigenen weiblichen Identität.

181 Seiten, Taschenbuch, 12,95 €

NICHT VERGESSEN:

Falls Sie eine Frage für den morgigen „Ärztlichen und Psychotherapeutischen Rat aus ganzheitlicher Sicht“ haben, können Sie uns diese heute noch an socialmedia@ggb-lahnstein.de senden.



MATHIAS MACHT DEN ABSCHLUSS

” Das wichtigste Heilmittel ist der Glaube an das Sinnvolle der Schöpfung.

Max O. Bruker

Samstag, 20.00 Uhr

Blitzschlag der Liebe – Die Magie der ersten Begegnung

Dr. phil. Mathias Jung

Mathias Jung über seinen Vortrag: „Wenn ich als Gestalttherapeut in den letzten 30 Jahren etwas als ein Wunder erlebe, dann ist es die Liebe. Wie oft sitzt ein Paar, heterosexuell, lesbisch oder schwul, vor mir, und ich bin verblüfft. ‚Was für eine widersprüchliche Konstellation‘, denke ich, ‚die beiden passen überhaupt nicht zusammen‘. In der Sitzung fetzen sie sich wie die Kesselflicker. Wenn ich die beiden am Ende bitte, sich Knie an Knie gegenüberzusetzen und dem anderen zu gestehen, ‚was liebe ich an dir körperlich und geistig‘, dann sind sie ergriffen. ‚Ich liebe deine Anmut und deine Frechheit‘, flüstert der Mann mit belegter Stim-

me. Die Frau erwidert, tief atmend: ‚Deine Treue und deine Verlässlichkeit hüllen mich ein wie ein Mantel. Ich liebe deinen Knackarsch.‘ Beide lachen. Beide sind gerührt. Beide küssen sich. Beide gehen händchenhaltend aus der Praxis.

Es ist ein Wunder. Die Liebe trifft uns wie ein Stromstoß. Was die Magie des Zusammentreffens war und wie wir diese blitzenden Funken im Alltag der Beziehung erneut entzünden, das verrieten mir Liebende. Sie genießen die Spannung des Eros.“



Dr. phil. Mathias Jung studierte Philosophie und Germanistik. Er arbeitet als Gestalttherapeut im Dr.-Max-Otto-Bruker-Haus und hält zahlreiche Vorträge

im gesamten deutschsprachigen Raum. Darüber hinaus ist er Autor von über 60 Büchern zu Paartherapie, Sucht und Sinnsuche, Märchendeutung und Philosophie.

Tipps vom emu-verlag

Mathias Jung
Blitzschlag der Liebe
Die Magie der ersten Begegnung

Es ist ein Wunder. Die Liebe trifft uns wie ein Stromstoß. Was die Magie des Zusammentreffens war und wie wir diese blitzenden Funken im Alltag der Beziehung erneut entzünden, verrieten Liebende dem Paartherapeuten Dr. Mathias Jung: Sie genießen die Spannung des Eros.

Broschur, 104 Seiten, 11,00 €



Weitere Bücher zum Thema von Mathias Jung, im emu-Verlag:

- Das sprachlose Paar, 17,80 €
- Das Geheimnis der Partnerwahl, 16,80 €
- Außenbeziehung – Krise oder Chance?, 12,80 €

Zeitumstellung!

Nicht vergessen: In der Nacht von Samstag auf Sonntag wird die Uhr um eine Stunde zurückgestellt – da können wir alle ein bisschen länger

schlafen und sind ausgeruht für den Ärztlichen Rat am Sonntagmorgen ... :-)



DER KLASSIKER: ÄRZTLICHER RAT...

Sonntag, 8.30 Uhr

Ärztlicher und Psychotherapeutischer Rat aus ganzheitlicher Sicht

Dr. med. Jürgen Birmanns

Hassan El Khomri, Psychologischer Psychotherapeut

Im Rahmen des Ärztlichen und Psychotherapeutischen Rats aus ganzheitlicher Sicht beantworten Dr. med. Jürgen Birmanns und Dipl.Psych. Hassan El Khomri Ihre Fragen rund um gesundheitliche Themen. Sie erläutern dabei Hintergründe und mögliche Ursachen verschiedener Krankheiten

und geben Tipps zum Umgang mit diesen und für eine gesunderhaltende Lebensweise im Allgemeinen.



Dr. med. Jürgen Birmanns

ist Arzt im Dr.-Max-Otto-Bruker-Haus und 2. Vorsitzender der Gesellschaft für Gesundheitsberatung GGB e. V. Er arbeitet im Bereich der Ganzheitsmedizin und Gesund-

heitskunde. Er nutzt dabei biologische Therapiemethoden, insbesondere die Homöopathie und Kneipp-Anwendungen. Seine Dissertation verfasste er über Sebastian Kneipp.



Hassan El Khomri, Psychologischer Psychotherapeut

machte ein Studium zum Diplom-Psychologen an der Universität Gießen und anschließend die Ausbildung zum Psychologischen

Psychotherapeuten.

Seit 2004 ist er darüber hinaus Gesundheitsberater GGB. Er bietet Sprechstunden im Dr.-Max-Otto-Bruker-Haus an und hält zusätzlich jeden Montag einen kostenlosen „Gesprächskreis Lebensberatung“.

Tipps vom emu-verlag



Dr. Max Otto Bruker Ärztlicher Rat aus ganzheitlicher Sicht

Wollten Sie nicht schon immer Ihrem Arzt ganz spezielle Fragen stellen, die über den Rahmen einer üblichen Beratung hinausgehen?

Schlagen Sie nach bei Bruker! Dieser ärztliche Ratgeber von Dr. M. O. Bruker gibt Antworten auf über 1000 Fragen. Unzählige Menschen in Not wandten sich mit ihren Sorgen und Beschwerden an den erfahrenen Arzt, der den Menschen stets als Leib-Seele-Einheit betrachtete. Es gab für Dr. Bruker

keine Frage zum Thema Gesundheit, die ihm nicht wert schien, beantwortet zu werden – von A wie Atomkraft bis Z wie Zucker. In Dr. Brukers ausführlichen Antworten wird deutlich, mit welcher Exaktheit und Geduld dieser ganzheitlich denkende Arzt auf jede Frage einging. Einer seiner am häufigsten zitierten Leitsätze lautete denn auch:
„Gesundheit ist ein Informationsproblem.“

2 Bände im Schuber, 816 Seiten, 27,50€

Notizen

IMMER WIEDER EIN HOCHGENUSS!

Achtsamkeit ist der Schlüssel zum Glück!
Haben Sie sich heute schon 5 Minuten Zeit genommen? Mit Achtsamkeit und innerer Einkehr finden Sie ins Hier und Jetzt, zu Ruhe, Kraft und Gelassenheit. Ein Eintauchen in die Seelenwelt, um dem Alltagsstress zu entfliehen.

Sonntag, 11.00 Uhr

Aufstehen gegen Hass

Dr. theol. Eugen Drewermann

Eugen Drewermann wird in seinem Vortrag über die Gefahren von Hass im täglichen Miteinander sprechen und dabei auch auf die aktuelle Problematik der Corona-Pandemie eingehen. Anstelle eines wertschätzenden Diskurses droht eine Spaltung der Gesellschaft, die sich durch politische Reihen, Gemeinden, Arbeitsumfeld, aber auch bis in die engsten Familienkreise zieht. Drewermann zeigt mit seinem Vortrag Wege auf, wie wir uns als

Gesellschaft auf Werte wie Solidarität, Nächstenliebe oder einen friedlichen, wertschätzenden Umgang rückbesinnen können. Wie in Anbetracht dieser ungewöhnlichen Situation jeder Einzelne, aber auch die Menschheitsfamilie insgesamt „Aufstehen (kann) gegen Hass“ und in Frieden und positiv aus dieser Krise hervorgehen kann.



Dr. theol. Eugen Drewermann ist Theologe, Psychoanalytiker, Schriftsteller und ein bekannter Vertreter der so genannten tiefenpsychologischen Exegese. Er studierte von 1959 bis 1965 Philosophie in Münster und

Katholische Theologie in Paderborn. 1966 wurde er zum Priester geweiht. 2006 trat er aus der Kirche aus.

Tipps vom emu-verlag



Dr. theol. Eugen Drewermann:
An der Quelle des Lebens

»Wenn wir einen Menschen so anreden, dass wir die Tiefe seines Wesens berühren, so öffnet er sich und wird für uns zu einem Weg, der ins Unendliche hinüberführt. Und wann immer wir selbst uns so angesprochen fühlen, dass unser eigenes Ich gemeint und getragen wird, so fühlen wir uns selbst verbunden mit dem Ursprung unseres Daseins, mit der Quelle des Lebens.« Dieses Lesebuch versammelt leicht zugänglich einige der wichtigsten Gedanken und schönsten Texte aus Eugen Drewermanns unerschöpflichem Werk.

128 Seiten, Gebunden, 15,00 €

Dr. theol. Eugen Drewermann:
Das wichtigste im Leben

Eugen Drewermann hat sich in seinem Werk vor allem der menschlichen Sehnsucht nach Liebe und wahrer Menschlichkeit gewidmet. Er hat unzähligen Menschen geholfen, ihren Glauben an Gott neu zu verstehen und sich von ihrer Angst zu befreien. Im Jahr seines 80. Geburtstages liegt nun endlich eine leicht zugängliche Zusammenstellung seiner wichtigsten Gedanken und schönsten Texte vor. Echte Worte mit Herz und Verstand.

128 Seiten, Gebunden, 14,00 €

Notizen

.....

.....

.....

.....

GGB

Gesellschaft für Gesundheitsberatung
GGB e.V.

AUF WIEDERSEHEN!

Liebe Freunde der GGB,

wir hoffen, dass Ihnen unsere Online-Tagung gefallen hat und Sie sie trotz der ungewöhnlichen Form als Bereicherung erlebt haben. Nun ist es Zeit, die vergangenen zweieinhalb Tage vor dem Fernseher oder Computer mit ausgiebigen Herbstspaziergängen zu kompensieren, bei denen man die einen oder anderen Inhalte reflektieren kann. Auch für uns steht jetzt einiges an Reflexion an: Was hat gut geklappt bei der virtuellen Umsetzung, wo gab es vielleicht Schwierigkeiten? Aus beidem werden wir mit Sicherheit viel lernen.

Über ein Feedback oder Verbesserungsvorschläge von Ihnen freuen wir uns natürlich sehr. Schicken Sie uns Ihre Anregungen gerne per Mail an socialmedia@ggb-lahnstein.de.

Wir sind dankbar, dass wir auf eine digitale Alternative zurückgreifen konnten, um unsere Herbsttagung nicht ausfallen lassen zu müssen.



KONTAKT:

Gesellschaft für Gesundheitsberatung
GGB e.V.

Dr.-Max-Otto-Bruker-Straße 3
56112 Lahnstein

Telefon: +49 2621 / 91 70 17 + 18
E-Mail: info@ggb-lahnstein.de

Dennoch haben wir für die nächste Tagung im März 2021 bereits eine andere Entscheidung getroffen: Solange es die gesetzlichen Bestimmungen in irgendeiner Form zulassen, werden wir die Gesundheitstage im Frühjahr wieder vor Ort, in der Stadthalle Lahnstein, durchführen – wenn auch in einem kleineren Rahmen. Sollten die aktuellen Verordnungen bis dahin nicht deutlich gelockert werden, wird das sicherlich nicht kostendeckend möglich sein. Doch in unseren Augen ist der persönliche Kontakt einfach zu wichtig, um ihn uns langfristig und dauerhaft nehmen zu lassen. In diesem Sinne arbeiten wir schon jetzt wieder fleißig an dem nächsten spannenden Tagungsprogramm und freuen uns sehr darauf, Sie hoffentlich bald wieder zu sehen: Ganz real, von Mensch zu Mensch.

**Alles Liebe,
Ihr Team aus dem Bruker-Haus**

+++ SONDERAKTION VOM EMU-VERLAG +++

MEINE BESTELLUNG:



Menge	Artikel	Preis

Vor- und Zuname

Straße / Nr.

PLZ / Ort

Datum

Unterschrift

Versandkostenfrei für das gesamte Tagungswochenende (Freitag bis Sonntag) für Bestellungen in unserem Onlineshop, per Telefon oder Mail.

Während der Vortragszeiten und den Pausen ist das Telefon besetzt.

Bei Scans oder Fotos des nebenliegenden Bestellscheins an bestellung@emu-verlag.de werden die Produkte auch noch die nächste Woche lang ohne Versandkosten verschickt.

Ihre Bestellung im emu-Verlag

Im Webshop:
www.emu-verlag.de

Telefonisch:
0 26 21 / 91 70 - 10/-12 /-25

Per E-Mail:
bestellung@emu-verlag.de

emu-Verlags- und
Vertriebs-GmbH
Dr.-Max-Otto-Bruker-Straße 3
56112 Lahnstein