

Aromen als Heilmittel

GESUNDHEIT Eine Fachapothekerin zeigt im Kloster St. Josef, welche Wirkung ätherische Öle haben.

NEUMARKT. Aromatherapie in der Familie ist der Schwerpunkt einer Veranstaltung, die am Mittwoch (19 Uhr) im Kloster St. Josef stattfinden wird. Fachapothekerin Margit Schlenk, weitergebildet in Naturheilkunde und Homöopathie lässt schnuppern, fühlen und erleben, was mit der Anwendung ätherischer Öle in der Aromatherapie geleistet werden kann. Sie sagt aber auch, wo Grenzen der Anwendung von Ölen im Familienbereich bestehen. Darf ich Öle beim Asthmakind anwenden? Wie steht es beim Kontakt mit der Haut bei Neurodermitis? Welche Qualität sollen Öle besitzen?

Das Seminar kostet keinen Eintritt. Anmeldung sind laut Auskunft der Veranstalter nötig, da der Vortrag sonst wegen zu geringer Anmeldungen abgesagt wird. Anmeldung und Infos gibt es im Familienzentrum Neumarkt unter Telefon (0 91 81) 50 97 71.



Neumarkter erhalten den Blasiussegen

NEUMARKT. Für viele Gläubige war gestern ein besonderer Tag. „Auf die Fürsprache des heiligen Bischofs Blasius bewahren dich der Herr vor allen Halskrankheiten und allem Bösen. Es segne dich Gott, der Vater, Sohn und der Heilige Geist“. Mit diesen Worten und mit gekreuzten

Kerzen in der Hand haben wie in anderen Kirchen auch in der Stadtpfarrkirche St. Johannes Stadtpfarrer Norbert Winner, Pfarrer Kaspar Hirschbeck, Kaplan Stefan Wingen und Pfarrer Josef Maget nach den Gottesdiensten vielen Gläubigen den Blasiussegen gespendet. (npp)

Auf dem Weg zu sich selbst

LEBEN Entspannen und Lernen – die Klosterseminare von Doris Haselmann und Carmen Schwind sollen Menschen Impulse geben.

NEUMARKT. Klöster liegen im Trend. Wer abschalten oder zu sich selbst finden will, dem tut sich hinter dicken Klostermauern eine Welt der Ruhe und Spiritualität auf. Diese energiegeladene Atmosphäre haben Doris Haselmann und Carmen Schwind für ihre neuen Seminare gewählt. Eines davon, „Glücklich durch Fülle und Verzicht“ findet im Kloster St. Josef statt.

Das Besondere an ihren Seminaren sei der ganzheitliche Ansatz, sagt Haselmann, die in Litzlohe lebt. Sie selbst hat eine jahrelange Zen-Ausbildung auf christlicher Basis absolviert, ist Reiki- und Sangri-Lehrerin und arbeitet als freie Journalistin und Buchautorin. Ihre Partnerin ist Betriebswirtin, Trainerin für Persönlichkeitsentwicklung und Psychotherapeutin. Gemeinsam mit Referenten möchten sie den Seminarteilnehmern eine Kombination aus kompakter Information, körperlichen Übungen und Seelenansprache anbieten.

So gehe es zum Beispiel bei dem Ernährungseminar in St. Josef zum einen um ausgewogene Ernährung und Fasten, es wird aber auch der Frage

nachgespürt, warum jemand Übergewichtig ist. „Es hat meist einen Grund, weshalb sich jemand einen Schutzpanzer angezogen hat“, sagt Doris Haselmann. Ein gesundes Körpergefühl, Bewegung und das „In-sich-Hineinspüren“ ist der dritte Pfeiler des Konzepts.

Und das nicht nur, wenn es um Ernährung geht. „Stress bewältigen im Alltag“, „7 Schritte zu Glück und Erfüllung“ oder „Tage der Liebe“ sollen den Menschen weg von äußerlichen Einflüssen zu sich zurückbringen. „Bei meinen Schülern und Kunden merke ich, dass viele Leute auf der Suche sind nach sich selbst und dem Sinn des Lebens. Mit unseren Seminaren möch-

ten wir Wege dahin aufzeigen.“

Und das soll ganz konkret erfolgen, in praktischen Übungen, Gesprächen, bei Entspannungsmassagen, Energiebehandlungen und Vorträgen. Seminarunterlagen sowie ein praxisnahes Handbuch für jedes Seminar sollen helfen, auch nach dem jeweiligen Wochenende im Kloster den neu entdeckten Weg weiterzugehen.

Einen ganz individuellen Ansatz kann das Seminar „Astro QiGong“ im Kloster Vierzehnhelligen aufzeigen: So soll das persönliche Horoskop Aufschluss über Stärken und Schwächen geben, um gezielter an der eigenen Persönlichkeitsentwicklung arbeiten zu können. „Das ist keine Fernseh-Astrologie, die wir da machen“, sagt Doris Haselmann. Wichtig sei, nachzuforschen, was aus den Träumen und Lebenswünschen der Teilnehmer geworden ist. „Denn oft werden sie im Alltag mit Füßen getreten.“

Ein sehr sensibles Thema wollen die beiden Seminarleiterinnen an dem Wochenende „Tage der Liebe“ aufgreifen. Es richtet sich an Frauen, die Opfer von Gewalt geworden sind – verbal wie auch körperlicher. „Durch das Trauma haben diese Frauen verlernt, sich selbst zu lieben.“ Zwei Tage reichen zwar nicht aus, um den Frauen ihr Leben zurückzugeben, sagt Haselmann, „aber vielleicht schaffen wir es, dass die extremen Verletzungen der Seele ein wenig gelindert werden.“ (ga)

DIE SEMINARE



► **Orte:** Wechselnde Klöster – u.a. St. Josef in Neumarkt, Vierzehnhelligen in Bad Staffelstein und St. Ottilien bei München

► **Kosten:** 295 Euro für das zweitägige Seminar inkl. Verpflegung tagsüber, Buch, Unterlagen

► **Unterbringung:** Die muss jeder Teilnehmer selbst organisieren – auf Wunsch im Kloster

► **Infos:** Doris Haselmann, Tel. (0 91 89) 41 39 46; www.sangri.com; www.trainagency.de

ANZEIGE

ihre WERNER KÜCHENHÄUSER

Bitte beachten Sie die Beilage in der heutigen Ausgabe!

KÜCHEN 2010/2011

HERSTELLER EINFÜHRUNGSPREISE!

10% RABATT

0% ZINSEN

Die Service-Nummer für Ihre Beilagenwerbung

(09 41) 207-333

Hier lebe ich.

Bayerwald-Echo Kötzingen/Umschau
Neumarkter Tagblatt Wörther Anzeiger

KURZ NOTIERT

Pflanzenbautag ist heute in Neumarkt

NEUMARKT. Heute findet im Gasthaus Sammüler um 19.30 Uhr die überregionale Vortragsveranstaltung „Pflanzenbautag und Aktuelles aus der Beratungspraxis“ des Amts für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten statt. In einem Referat wird der Frage nachgegangen: „Wollen wir am Getreide- und Rapsmarkt künftig teilnehmen?“ Zudem gibt es Hinweise zum Pflanzenschutz und neue Erkenntnisse zur Unkrautbekämpfung. Eingeladen sind Landwirte und Lagerhäuser.

So wird das Gedächtnis im Alter trainiert

NEUMARKT. Die Katholische Erwachsenenbildung veranstaltet ab dem 18. Februar von 10 bis 11.30 Uhr im Johanneszentrum den Kurs „Lebensqualität im Alter“. Dieses ganzheitliche Bildungsprojekt beginnt erneut mit einem zehnwöchigen Kurs. Bei dem wöchentlichen Training geht es um Gedächtnistraining, psychomotorisches Training und Kompetenztraining, das nur in dieser Kombination zu beachtlichen positiven Wirkungen führt, und obendrein viel Spaß macht. Die Leitung hat Rita Niedermayer. Anmeldungen unter Telefon (0 91 81) 98 98.

Demenz: Die Welt der Kranken verstehen

NEUMARKT. Die Caritas-Angehörigenberatung veranstaltet mit der Katholischen Erwachsenenbildung heute um 18.30 Uhr in der Begegnungsstätte des Caritaszentrums den dritten Abend des Pflegeseminars für Angehörige Demenzkranker Menschen mit dem Thema „Die Welt der Betroffenen verstehen“ – Validation. Die Referentin ist Dipl.-Gerontologin Elfriede Zenglein.

Gebäudesanierung: Neumarkt als Beispiel

NEUMARKT. Am 11. Februar findet in Neumarkt ein Otti-Forum statt. Das Thema „Hocheffiziente Energetische Gebäudesanierung“. Als Beispiel dient die Faktor 10-Initiative der Stadt Neumarkt. Die Veranstaltung dauert zwei Stunden (von 16.30 bis 18.30 Uhr) und ist im Museum für historische Maybach-Fahrzeuge.

BWL-Studium neben dem Beruf

NEUMARKT. Die Fachhochschule für angewandtes Management in Neumarkt bietet BWL-Studien für berufstätige und duale Studiengänge an. Wer sich weiterqualifizieren möchte, kann sich bei zwei Veranstaltungen in der Dr. Kurz Straße 44 informieren: 24. Februar, 30. März (je 17.30 Uhr).

Fasching am Schafhof

LIVE-MUSIK Am Unsinnigen Donnerstag gibt es ein Hexentreffen im Berggasthof, ehe am Rosenmontag die „Gipfelstürmer“ kommen.

NEUMARKT. Hoch über den Dächern Neumarkts wird kräftig Fasching gefeiert. Wie der Berggasthof Sammüller gestern bekannt gab, sind zwei große Veranstaltungen geplant. Los geht es mit dem „Hexentreffen am Schafhof“. Am Donnerstag (11. Februar) kann beim Weiberfasching, kann nach Lust und Laune die Narrenzzeit gefeiert werden. Aufgrund der guten Stimmung und des zahlreichen Besuchs im vergangenen Jahr hat Hotel-Chef Josef Sammüller wieder die Band „D'Rebell'n“ engagiert.

Sie spielen alles – egal ob Dreher oder Boarischer, Schlager im Fox-Tempo oder nie vergessene Oldies. Für alle Freunde von Stimmungsliedern und Rockklassikern haben die fünf Musiker viele gute Songs im Gepäck. Ein

weiterer Höhepunkt an diesem Abend wird der Auftritt der Prinzengarde Haselmühl aus Amberg sein. Durch ihre frische, spritzige Art, den gut einstudierten Tänzen und den grandiosen, sowie witzigen Outfits und Ideen, zeigen sie, was die Bezeichnung Faschingsgarde bedeutet.

Am Rosenmontag, 15. Februar, kommen dann die „Gipfelstürmer“ in den Berggasthof. Die sechs Gipfelstürmer sind Jörg alias MC Schoos, Harry, Andi, David feat. Korbinian, Tobias und Thomas. Schon beim ersten Akkord der Jungs stehen die mit Dirndl und Lederhose bewaffneten jungen Leute oftmals auf den Bänken. Das Geheimrezept der Oberpfälzer besteht lediglich darin, Volksmusik mit zeitgemäßen Beats zu mixen. „Volksmusik und Rock passt des zamm?“, fragen so manche Traditionalisten. Nach dem Besuch eines Auftritts der Bauernkapelle Gipfelstürmer ist klar: Es passt, und wie. Der Ursprung der Gipfelstürmer liegt 15 Jahre zurück. Mitte der 90er-Jahre begeisterten sie noch ein vorrangig älteres Publikum.

Neuer Wind beim Windschatten

HAUPTVERSAMMLUNG Marion Schmidpeter führt den Triathlonverein, der im November sein 25. Jubiläum feiern wird.

NEUMARKT. Der Triathlonverein hat eine neue Vorsitzende gewählt: Marion Schmidpeter ist nun die erste Vorsitzende. Unterstützung erhält sie von ihrem Vertreter, Reiner Leykam. Sie führen den Verein in sein 25-jähriges Jubiläumsjahr. Gefeierte wird die Vereinsgründung im November, jedoch ist die Planung für die große Feier noch nicht abgeschlossen. Momentan hat der Verein 146 Mitglieder, davon 45 Kinder.

Die Neuwahlen brachten folgendes Ergebnis: Neue Vorsitzende ist Marion Schmidpeter, sie löst Christian Fenner ab. Stellvertreter ist Reiner Leykam, Kassier bleibt Roswitha Bauer. Sie wurde für 15 Jahre Vorstandschaft extra geehrt. Gudrun Kellermann wurde zur Schriftführerin gekürt und Michaela Leykam ist für die Jugendarbeit zu-



Das neue Vorstandsteam will noch aktiver um Mitglieder werben.

ständig. Beisitzer sind Petra Stiegler und Michael Hierl. Mit Flyern für Kinder und Erwachsene versucht der Verein derzeit, mehr Mitglieder zu gewinnen. Der Triathlonverein hat ein großes Programm zu bieten.

Heuer laufen die Vorbereitungen auf Hochtouren und außer den vielen Wettkämpfen bei Triathlon- und Laufveranstaltungen, Mountainbiken und

Klettern für Kinder bietet der Verein auch andere Aktivitäten an: Angefangen beim Schwimmtrainingslager an Fasching, darüber hinaus ein interner Cross-Triathlon, Radtrainingslager, Vereinsmeisterschaft und zur 850-Jahr-Feier der Stadt eine Fahrt zur Partnerstadt per Rennrad nach Issoire. Im Herbst gibt es traditionell eine Mountainbike-Tour in den Bergen.