

# die Welle

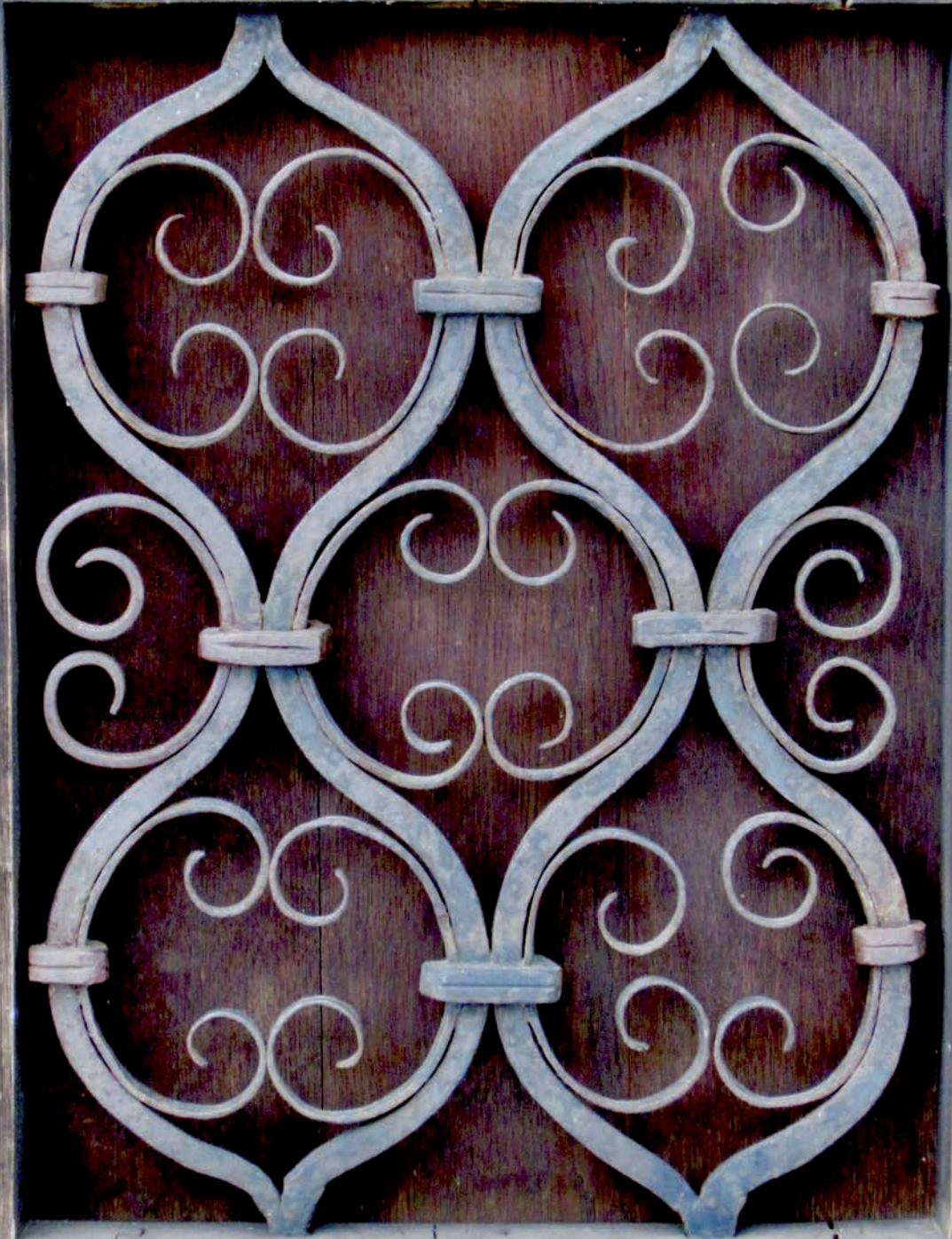


Heft 87

kostenloses Magazin zum Mitnehmen

mit Veranstaltungskalender

DEZEMBER 2018, JANUAR und FEBRUAR 2019



Nachrichten aus der Region  
*Allgäu - Oberschwaben - Bodensee- Dreiländereck D-A-CH*  
Berichte über Initiativen  
Anthroposophische Impulse





Andreashof Jeridin GmbH

Kirchgasse 35

88662 Überlingen

Tel.: 07551 947470

Bestellen Sie Lichtyam®  
Produkte in unserem  
Onlineshop:  
[www.lichtyam.de](http://www.lichtyam.de)

Lichtyam®

# Healing ARTs

KUNST • COACHING & HEILSAMES  
Weihnachts-Erlebnis-Messe

Besuchen Sie unsere ganzheitliche Erlebnis-Messe der energiereichen Kunst, sowie neuer, ganzheitlicher Heilweisen und vieler hübscher Dinge, die darauf warten, von Ihnen entdeckt zu werden!

**Bewusstsein und eine ganzheitliche Lebensweise führen die Menschen näher zu sich selbst.**

Tauchen Sie jetzt ein und finden Sie zurück zu Ihrem wertvollsten, inneren Kraftquell, dem Gesundheit und Heilsein auf allen Ebenen entspringt!

Samstag, 8. Dez.'18 von 10 bis 19 Uhr Foyer – Kursaal Überlingen



Weitere Infos und Events finden Sie immer hier: [www.healing-events.de](http://www.healing-events.de)



## EDITORIAL

Liebe Leserinnen, liebe Leser, kann es sein, dass wir in eine Zeit gesellschaftlichen Chaos mit hineingezogen werden? Stimmt bei uns auch etwas nicht? Bricht etwas auseinander? Ein Fundament bildet eine Grundlage. Ich denke, jede Gesellschaft braucht Fundamente. Es ist wie beim Hausbau, wenn das Fundament nicht stimmt, wird das Haus darauf krumm und schief. Nicht umsonst wird das Haus auch oft als Synonym für das Land Bundesrepublik Deutschland oder die Europäische Union dargestellt.

Manche wissen auch um die Risse in den Fundamenten und machen sich Gedanken wie diese behoben werden können. Viele Menschen spüren, dass Veränderungen anstehen und möchten die Zukunft mit gestalten.

Diese Ausgabe hat einige Beiträge zum Anregen. Die Winterzeit bringt Zeit zum Besinnen und zum Lesen.

Eine lichtvolle Festeszeit und ein gutes Neues Jahr wünscht Ihnen

Jugrid Feustel

Jetzt wurde ein Name für diese neue Kunst gesucht: "Würden sie sich zutrauen, in einer Schule die von Rudolf Steiner inaugurierte Kunst zu unterrichten? [...] Sprache, Eurythmie, Goldschmiedekunst (der Name muss wohl umfassender sein), eine schöne Zusammenstellung", schreibt Marie Steiner an Bertha Meyer-Jacobs 1927.

Dem Stein eine "Behausung" zu geben, die ihm entspricht, Formen zu entwerfen, die ihren Zweck sichtbar offenbaren, die harmonisch-heilend wirken können, all dies gehört zu den Impulsen, die durch Rudolf Steiner inauguriert wurden. Aus Rudolf Steiners Hand sind viele Entwürfe entstanden, auch korrigierte er die Arbeit der Goldschmiedin wo ihm dies notwendig erschien.

Im Sommer diesen Jahres ist in Überlingen am Bodensee Robert Schmidt verstorben, immer künstlerisch aktiv, seine letzten Lebensjahre hier verbrachte. Er zog aus München hierher, nachdem er doch seine grösste und längste Lebensperiode in Dornach verbrachte, wo er lange Jahre als Schauspieler am Goetheanum, als Sprachgestalter und Dozent wirkte. Die aktuelle Suche nach Kleinodienkunst zeigt sich hier exemplarhaft. Robert Schmidt war als Künstler von Anfang an auch am Kleinodien-Kunstimpuls Rudolf Steiners interessiert und blieb ihm lebenslang verbunden.



Er erwarb schon in jungen Jahren in Dornach Stücke aus der Werkstatt am Hügelweg in demjenigen Haus welches für diese Kunst als Heimstätte um 1930 gebaut wurde. Dort war bis vor etwa 15 Jahren die Werkstatt beheimatet, in der die meisten Kleinodienkünstler gelernt und zeitenweise gearbeitet hatten. Von dort aus ging der Schmuck, die Siegel, Gebrauchsgegenstände und vieles mehr in die ganze Welt, wo diese Stücke heute verstreut sind.

Die Stiftung für Kleinodienkunst (gegründet 1995) gelangt nun mit einem Aufruf an die in der Welt lebenden Menschen, die im Besitz solcher Stücke sind oder Kenntnis darüber haben. Dokumentiert werden sollen neben den Kleinodien auch die Entwürfe, Skizzen und Angaben Rudolf Steiners, Bertha Meyer-Jacobs und deren Schülerinnen und Schüler. Auch Kultus-Gegenstände aus dieser Epoche des Schaffens gehören zu dem Gesuchten.

Die Stiftung möchte diesen Impuls in einer Publikation sichtbar machen und die Geschichte der vergangenen 100 Jahre seit der Entstehung aufzeigen. Sie bittet daher um Fotos, Texte, Angaben sowie auch um Einzelstücke, um für Ausstellungen und zukünftige Ausbildungen Anschauungsgegenstände zur Verfügung stellen zu können. Damit dieses Vorhaben gelingen kann, braucht es auch entsprechende finanzielle Mittel.

Trotzdem ist der Hauptgrund des aktuellen Aufrufes das Sammeln von Fotos dessen, was in der Welt verstreut ist. Durch diesen Aufruf konnten kürzlich im Bodenseeraum erste Gegenstände eben bei Robert Schmidt entdeckt werden.

Sicherlich liegen in "Bodensees Häfen" noch weitere Schätze verborgen. Helfen Sie uns diese zu "heben". Wir freuen uns, wenn Sie sich bei uns melden.

- Annette Hug-Risel, Dornach -  
- Benedetta Caselunghe, Überlingen -



Kontakt und Infos: [www.kleinodienkunst.ch](http://www.kleinodienkunst.ch)

## Kleinodienkunst

Kunst- und Kulturimpuls des 20. Jahrhunderts - wer kennt ihn heute noch?

*Ein neuer Kunstimpuls des letzten Jahrhunderts droht bereits wieder in Vergessenheit zu versinken. Es war vor über 100 Jahren, zwischen 1907 und 1910, als es zwischen der Malerin und Goldschmiedin Bertha Meyer-Jacobs und Rudolf Steiner zu einer Zusammenarbeit kam, die in die Begründung und Entwicklung dieser Kunst, sowie einer dazugehörenden Schule mündete. Diese war kaum 1927 in Hamburg eröffnet, als sie 1930 samt den Schülern nach Dornach bei Basel in die Schweiz umsiedelte.*

Nicht weit also von unserem schönen Bodensee entwickelte sich dieser besondere Kunststil, dessen Bestrebung es ist, die Schmuck- und Reliefkunst wieder an den uralten Mysterienstrom und an die vergangenen Hochkulturen anzuschliessen. Dieser erneuernde von Rudolf Steiner gegebene Impuls ist ein weiterer, wie wir ihn im Gesundheitswesen (Anthroposophische Medizin), in der Pädagogik (Waldorfschulen), in der Landwirtschaft (Biologisch-Dynamische Wirtschaftsweise) oder in den diversen Künsten finden. Überall war es Rudolf Steiner ein Anliegen, für die heutige Zeit Sinnvolles und Heilendes zu bringen und das Geistige im Irdischen wieder sichtbar werden zu lassen. So auch in dieser Kunst, denn "Wesentliches" ist immer auch "geistgetragen".

Der Name KLEINODIENKUNST - eine Neuschöpfung, die vielerorts im Werk von Rudolf Steiner erscheint - ist erst nach dessen Tod 1927 entstanden, als es um die Gründung einer Ausbildung in Hamburg ging. Marie Steiner forderte Bertha Meyer-Jacobs damals auf, in der zu eröffnenden Schule für Sprachgestaltung und Eurythmie am Lindenplatz in Hamburg auch ihre Werkstatt zu führen und diese Kunst zu lehren.





## Nichts zum Anziehen?

*Wer was Neues zum Anziehen braucht, kauft sich was – schön, bunt, billig.*

*Giftig, unfair, bald kaputt?*

*Wer informiert ist, hat dabei oft ein schlechtes Gewissen – aber was tun? Wo gibt es bessere Kleidung? Wie muss diese Kleidung sein? Wo kommt sie her? Wie kann man prüfen, was die bessere Kleidung ist? Ist teure Kleidung besser? Ist bessere Kleidung teuer?*

Für bessere Kleidung spielen viele Aspekte eine Rolle:

- Anbau bzw. Herstellung der Fasern: Baumwolle oder Polyester... was ist das Beste für Mensch und Umwelt?
- Herstellung der Stoffe: Damit sie attraktiv und modisch sind, werden sie veredelt: gefärbt, bedruckt, bügelfrei, weich oder wasserabweisend gemacht. Dafür werden große Mengen an Chemikalien und viel Wasser eingesetzt.

Wo und wie geschieht das?

- Nähen der Kleidung: Eine Aufgabe, die viel menschliche (Hand-)Arbeit erfordert, weshalb sie heute fast nur noch in Billiglohnländern stattfindet.

Den langen Weg von der Faser zum Kleidungsstück zurückzuverfolgen, ist schwer. Glücklicherweise gibt es Siegel, die dem Käufer garantieren, dass alles auf unbedenkliche Weise stattgefunden hat. Empfehlenswert ist hier das GOTS-Siegel: Es ist zwar nicht extrem streng, aber man findet eine gute Auswahl an Kleidungsstücken, die dieses Siegel tragen dürfen. Andere Siegel beziehen sich häufig nur auf einen Aspekt der oben genannten, z.B. nur die Arbeitsbedingungen (Fair Wear), oder den Umgang mit Chemikalien und Wasser/Abwasser (bluesign).



## Die häufigsten Fasern

- Konventionelle Baumwolle wird unter hohem Einsatz von Pflanzenschutzmitteln (Pestizide, Herbizide...) und Kunstdünger in Monokulturen, die meist künstlich bewässert werden, angebaut. Baumwolle sollte Bio sein!
- Wolle kommt meistens aus Massentierhaltung von Schafen in Australien oder Neuseeland. Besser ist Wolle aus kontrolliert biologischer Tierhaltung.
- Synthetische Chemiefasern (die "Polys") brauchen wenig Wasser, keine Pflanzenschutzmittel und Dünger und kein Ackerland. Der weltweite Verbrauch an Fasern wäre ohne

sie längst nicht mehr zu decken, sie machen über die Hälfte der verbrauchten Fasern aus. Kleidung aus recyceltem Polyester ist besser, aber auch das hinterlässt Mikroplastik im Waschwasser.

- Zellulosische Chemiefasern (Viskose, Modal) werden aus pflanzlicher Zellulose hergestellt (Holz, Abfälle bei der Baumwollgewinnung, Bambus...) und sind biologisch abbaubar. Aus einem Baumstamm ein T-Shirt zu machen, braucht allerdings viel Chemie, daher sind sie keine natürlichen Fasern.

Die beste Zellulosefaser ist Lyocell (Markenname Tencel), welches unter Rückgewinnung des Lösungsmittels und mit geschlossenen Wasserkreisläufen hergestellt werden kann.

## Die Veredelung

Sie geschieht meistens in Ländern, in denen kein Umweltbewusstsein herrscht – mit unseren Umweltauflagen wäre alles viel zu teuer! Abwässer werden dort selten vollständig geklärt. Die Arbeiter in den Fabriken sind den giftigen Chemikalien oft direkt ausgesetzt – Arbeitsschutz interessiert in diesen Ländern nicht – zu teuer! Und ein Menschenleben ist nicht viel wert...

In den Textilien, die wir auf der Haut tragen, können Rückstände giftiger Chemikalien enthalten sein. Hier garantiert z.B. das ÖkoTex-Siegel, dass keine Giftstoffe mehr zu finden sind. Was während der Produktion geschah, wird dabei allerdings nicht berücksichtigt.

## Zuschnitt und Näherei

Ausbeutung billiger Arbeitskräfte ist leider an der Tagesordnung - bekanntestes Beispiel ist der Einsturz des Rana Plaza-Gebäudes in Bangladesch mit über 1000 Toten. Nein, das will ich nicht! Und das will ich nicht unterstützen mit dem Kauf billiger Kleidung! Aber hilft es denn dann, teure Kleidung zu kaufen? Leider nicht, denn auch die wird oft unter den gleichen Bedingungen genäht. Am besten wäre es, Kleidung zu kaufen, die direkt hier bei uns genäht wurde. Denn hier gibt es die besten Sozialstandards wie Arbeitsschutz, Rente, Krankenversicherung etc. Gibt es denn das überhaupt noch? Ja - man muss ein bisschen suchen, aber ein Tipp wäre der Laden firlé & franz in Ravensburg. Oder man versucht, selbst zu nähen – das macht den Wert, den Kleidung eigentlich haben müsste, besonders deutlich.

Der Wert der Kleidung ist nämlich das eigentliche Problem: Die Effekte der Globalisierung, das heißt die Auslagerung lohnintensiver und umweltbelastender Arbeitsschritte, ermöglichen es uns, extrem billige Kleidung zu konsumieren. Wäre sie bei uns hergestellt, würde sie ein vielfaches kosten und wir könnten uns z.B. nur alle 5 Jahre einen neuen Wintermantel leisten. Wir würden kaputte Kleidung flicken und eine Schürze tragen, damit es keine Flecken gibt; die guten Sachen nur am Sonntag tragen und die kleineren Kinder müssten die Sachen der großen auftragen. Wir würden die Kleidung wertschätzen! Früher war das so, aber es geht nicht darum, zu sagen: Früher war alles besser!

Es geht darum, den übermäßigen Konsum auf Kosten der ärmsten Menschen der Welt zu überdenken - nicht nur in Bezug auf Kleidung.

- Elke Otto -



## Fest und Symposion in Achberg / Bodensee 100 Jahre Dreigliederung

26. bis 28. April 2019

*"2019 jährt sich die Idee von einer Dreigliederung der Gesellschaft zum 100. Mal. Der Verein Soziale Skulptur e.V. begibt sich zu diesem Anlass auf Spurensuche und veranstaltet vom 26. bis 28. April in Achberg ein Symposium und Fest, zu dem ich alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer herzlich begrüße. Der Anthroposoph Rudolf Steiner entwickelte das Leitbild der Dreigliederung mit Ende des ersten Weltkrieges. Lange hatte er sich zuvor zu gesellschaftlichen Fragen zurückhaltend geäußert. Als es nun jedoch darum ging, die gesellschaftlichen Verhältnisse neu zu ordnen, entwickelte er einen Ansatz, der in Zukunft nationalistischen Tendenzen entgegen wirken sollte: Er stellte Kultur, Recht und Wirtschaft den Begriffen Freiheit, Gleichheit und Geschwisterlichkeit gegenüber mit dem Ziel, alt hergebrachte und scheinbar unüberwindliche Grenzen zwischen Staaten und Menschen zu überwinden sowie eine weltumspannende solidarische Wirtschaftsweise zu etablieren."*

Dies schreibt der Ministerpräsident von Baden-Württemberg Winfried Kretschmann in seinem Grußwort zum Fest und Symposion in Achberg.

Freiheit, Gleichheit, Brüderlichkeit – es sind Bildhauerblöcke, die unsere Welt vor ca. 230 Jahren fundamental verändert haben. Weshalb beschäftigen sich noch heute – und gerade heute – Künstler, Sozialwissenschaftler, Initiativen für eine gemeinwohlorientierte Wirtschaft, um neuen Formen der Bildung mit einer Idee, die Gedanken aus der Zeit der Aufklärung nicht nur erhalten, sondern sogar weiterentwickeln will?

Es soll zurückgeblickt werden auf die vor 100 Jahren entwickelte Idee der Dreigliederung des sozialen Organismus. Wie ist der anthroposophische Sozialimpuls zu verstehen? Forschungsergebnisse sollen ins Gespräch gebracht werden. Wo können wir in der Gesellschaft heute z.B. das Phänomen einer solidarischen Wirtschaftsform wahrnehmen?

Dazu muss auch das Gegenteil wie der "Turbokapitalismus" erkannt werden. Wie kommt man zu solcher Erkenntnis? Wo lebt Gerechtigkeit oder Ungerechtigkeit? Und wo ist Freiheit oder Unfreiheit?

Täglich wirken tausende von Menschen praktisch daran mit, dass unser Leben sowohl untereinander, als auch mit der Natur "humane" Formen entfaltet. Dass ihr Wirken dabei "dreigliedrig" ist in oben beschriebenen Zusammenhang, ist vielen Menschen nicht bewusst – und muss es auch nicht sein. Die Idee der Dreigliederung wurde nach 1945 erneut aufgegriffen, zunächst von Wilhelm Schmudt, später von Peter Schilinski u.a. dann ab Ende 1960 in künstlerischer Weise von Joseph Beuys. Daraus entstand 1971 im Zuge der APO Bewegung das Projekt eines Internationalen Kulturzentrums Achberg (INKA).

100 Jahre nach der ersten Veröffentlichung des Buches "Kernpunkte der sozialen Frage" von Rudolf Steiner wird das Fest gefeiert, weil diese Fragen bewegen, ebenso wie viele andere Feiernde u.a. in Stuttgart, Berlin oder Dornach auch in England und Amerika.

Die Frage nach der Wertigkeit dieser Idee und - bietet die Idee heute Lösungsansätze für unsere drängenden Aufgaben der Gegenwart und Zukunft gegen Umwelt- und Innenweltzerstörung, Verarmung weiter Teile der Weltbevölkerung, unkontrollierter Dynamik der Digitalisierung?

- Annette Rappmann -

- Ingrid Feustel -

Infos: [www.soZIALESKULPTUR.com](http://www.soZIALESKULPTUR.com)

Anmeldung: [www.humboldt-haus.de](http://www.humboldt-haus.de)

## Mit FASZIENTHERAPIE



zu mehr Beweglichkeit und Wohlbefinden



*„Wenn ein Baum wächst, ist er zart und biegsam, aber wenn er trocken und starr wird, stirbt er.“*  
– Andrei Tarkowski

Die Faszientherapie stellt die Geschmeidigkeit der Faszien wieder her, befreit von Verspannungen und Verklebungen und ist damit ein Schlüssel zu neuer Beweglichkeit für den Körper.

Nähere Informationen unter [www.senmotiv-bodensee.de](http://www.senmotiv-bodensee.de)  
Dr. rer. nat. Arne Sturm, Gegenbaurstraße 24, 88239 Wangen im Allgäu  
Telefon +49 (0) 176 / 313 503 07

## Hunger.Macht.Profite.9 Filmtage zum Recht auf Nahrung von 04. bis 08. Dezember 2018

Zum neunten Mal zeigen FIAN Österreich, normale.at, ÖBV-Via Campesina Austria und Attac mit Hilfe kritischer Dokumentarfilme globale Zusammenhänge der Agrar- und Lebensmittelproduktion auf: Was hat Ketchup mit Arbeitsrechten zu tun? Warum wird Palmöl zu Treibstoff? Und wie sieht die kleinbäuerliche Landwirtschaft von morgen aus?

Das globale Ernährungssystem befindet sich in einer tiefgreifenden Krise, aber es gibt Möglichkeiten aktiv zu werden. In den anschließenden Filmgesprächen werden eingeladene ImpulsgeberInnen lokale Initiativen vorstellen und wir werden gemeinsam mit ExpertInnen über unsere Handlungsoptionen diskutieren.

Der Film "Rotes Gold" besucht Tomatenmarkfabriken in China, Kalifornien, Italien und Afrika und zeigt schonungslos die komplexen Zusammenhänge des globalen Kapitalismus mit all seinen negativen Konsequenzen.

"Unsichtbare Grenzen" zeigt wie in Kolumbien die Palmölindustrie expandiert und Kleinbäuerinnen und -bauern, sowie indigene Gemeinschaften verdrängt. In Äthiopien führt der Traum vom Wohlstand zu massiver Umweltzerstörung und einer der größten Zwangsvertreibungen der modernen Geschichte.

Der Dokumentarfilm "Das Grüne Gold" entwickelt sich schnell zu einem Thriller, der aus den entlegensten Winkeln Äthiopiens über die globalen Finanzmetropolen letztendlich wieder zu uns nach Europa zurückführt.

Der Film "In unseren Händen" erzählt anhand der Bauern und Bäuerinnen der Landworkers' Alliance in Großbritannien, die Geschichte einer alternativen Landwirtschaft, einer neuen Art der Ernährung und einer neuen Form von Gesellschaft.

Der dokumentarische Kurzfilm "Der Sieg der mosambikanischen Bäuerinnen und Bauern gegen das Soja-Imperium" zeigt wie lokale Kleinbäuerinnen und -bauern erfolgreich mobilisieren, um die von der Regierung geplanten Monokulturen im Norden des Landes abzuwenden.

"Kein Fluss und kein Meer" dokumentiert wie sich zwei kämpferische Frauen aus der Fischergemeinschaft der Insel Ilha de Maré gegen Umweltverschmutzung durch die Erdöl-Industrie zur Wehr setzen.

Der Film „as Wunder von Mals“ zeigt den Kampf eines widerständigen Dorfs im Vinschgau, das sich nicht von der Südtiroler Apfel-Lobby unterkriegen lässt, um die erste pestizidfreie Gemeinde Europas zu werden.

Rankweil Altes Kino, DI 04.Dez. 2018  
Dornbirn Spielboden, MI 05.Dez. 2018 und DO 6.Dez. 2018  
Feldkirch Rio Kino, FR 07.Dez. 2018 und SA 08.Dez. 2018

Infos: [www.hungermachtprofite.at](http://www.hungermachtprofite.at)

## Das Alphabet des Lebens

Der Werkraum Bregenzerwald, der vom Stararchitekt Peter Zumthor geplante Ausstellungsraum von Handwerk+Form in Andelsbuch, ist rundum verglast. An den Scheiben sammeln die Ausstellungsmacher von "Das Alphabet des Lebens" tote Pferdebremsen auf und diese fanden sich als Teil der Ausstellung wieder.

Das hätte nicht sein müssen, wenn Zumthor das "Orilux Vogelschutzglas" verwendet hätte. In diesem Glas findet sich ein UV-Licht reflektierendes Muster, das Vögel und Insekten sehen könnten, wir Menschen aber nicht. Die Folge ist, dass weniger Tiere an den Scheiben verenden.

"Von der Natur lernen" ist ein Designansatz der Gestaltung mit Naturwissenschaft, Technologie und anderen Fachgebieten verbindet. Biomimicry – das Leben nachahmen, denn wir Menschen sind untrennbar mit der Natur verbunden. Die Biomimicry führt uns dazu, diese Perspektive und Wahrnehmung wieder einzubeziehen. Biomimicry stellt fest, dass sechs Strategien sich in der Natur bewährt haben

- Evolution als Überlebenstrategie
- Anpassung an Veränderung
- Lokal- und Bedürfnisorientierung
- Ressourcenknappheit
- Koppelung von Wachstum und Entwicklung.

Aus diesen Strategien wurden 26 Prinzipien entwickelt. Diese Prinzipien der Natur gelten als der Schlüssel des Biomimicry Thinking und geben Anleitung zur Nachahmung der Natur.

In der letzten Welle stellten wir Wolfurt aus Bregenz vor, die Produkte aus wiederverwertbaren Materialien entwickelten, neben Pullovern auch BHs. 'Cradle to cradle' (von der Wiege zur Wiege) als naturnachahmendes Prinzip. Die Natur stellt keinen Abfall her. So gibt es auf der ganzen Welt weitere Unternehmen, in denen Teams an der Umsetzung dieser Prinzipien arbeiten. Beispiele sind sogar Plastikflaschen. Für die Vitalis-PET-Wasserflaschen wurde das spiral- und schraubenförmige Wachstumsprinzip besonders der Weißkiefer umgesetzt, um die Flasche möglichst leicht und doch stabil zu gestalten. Die Flaschen werden aus 100% recycelten Plastik hergestellt, zudem werden 7% weniger Rohmaterial gebraucht.

Ecover hat eine Plastikflasche entwickelt, die aus minderwertigen Plastikabfällen aus den Meeren hergestellt wird. Grundlage dafür war die Skelett-Struktur von bestimmten einzelligen Organismen des Planktons. Dadurch wird das Rohmaterial aufgewertet bei gleichzeitiger Einsparung von Material und Gewicht.

Die Strategie "Lokal- und Bedarfsorientierung" fanden die Bregenzer Wälder in der holznistenden Wildbiene. Sie nistet sich in bestehenden Bäumen ein und pflegt kürzeste Wege. Geringster Materialverbrauch ist eines ihrer Prinzipien. Das haben die Wälder für den Bau eines Schlafplatzes im Werkraum genutzt, dadurch wird ein bestehender Raum auch nachts genutzt. Aus bereits luftgetrockneten Brettern wurde ein Schlafraum gestaltet. Das Holz ist einheimisch und befindet sich auf dem Weg nach Bregenz. Das Ausstellungsprodukt in Andelsbuch ist quasi eine Zwischennutzung. Durch den Gebrauch von nur zwei Schrauben ist dieser Raum auch wieder in seine Bestandteile zerlegbar. Beispielhaft für effiziente Ressourcennutzung.

Bei aller Effizienz darf dabei nicht vergessen werden, dass die Natur, wie wir, ein lebendiger Organismus ist, den wir noch nicht verstehen und von dem wir Menschen uns getrennt haben. So sind Bäume die größten Lebewesen dieses Planeten. Ein Baum lebt hauptsächlich von Wasser, Licht und Luft und ist vorbildlich im Entsorgen seiner Abfallstoffe. Zudem bietet er Lebensraum und Nahrung für eine immense Artenvielfalt an Tieren, Pflanzen, Pilzen und Mikroorganismen. Der Baum ist somit ein Sinnbild für ein intaktes Ökosystem, in dem jedes Lebewesen eine Rolle spielt und in dem die Kreisläufe der Natur perfekt optimiert sind - das junge Sprießende und das Vergehende bilden das ganze Leben ab.

Dass die Natur ein Lebewesen ist, beweist zudem das Hörbarmachen von Kommunikation von Pflanzen. Mittels eines Umwandlers wurde der Stromkreislauf einer Zimmerlinde hörbar gemacht. Ein Beispiel für die Kommunikationsmöglichkeiten unserer Mitgeschöpfe.

Diese Ausstellung sollte als Wanderausstellung weitere Kreise ziehen. Wer mehr wissen will, kann sich unter [www.biomimicry.org](http://www.biomimicry.org) (leider nur auf Englisch) informieren.

- Dieter Koschek -



ZWISCHEN  
MENSCHLICHES  
Christine Schmidt

- Seminare + Übungsgruppe zur Gewaltfreien Kommunikation
- Kurse zu BurnOut-Prävention und Selbstachtsamkeit
- Empathisches Coaching & Supervision

**Christine Schmidt**

Am Eichholz 21, 88239 Wangen-Haslach

Telefon: 07528-92 79 348

Email: [c.schmidt@zwischen-menschliches.de](mailto:c.schmidt@zwischen-menschliches.de)

Web: [www.zwischen-menschliches.de](http://www.zwischen-menschliches.de)

GLÜCK ist,  
wenn man es erkennt!

Berufsbegleitend

## Yoga Ausbildung 2019



Du möchtest deine Lebensgewohnheiten in positiver Weise ändern, deine Selbstwahrnehmung verbessern und das Erlern an andere weitergeben? Dann sei mit dabei und erfahre mehr...

Infotermine: 8.12.2018 + 6.1. oder 14.1.19

**Start: 28.01.2019**  
1 x wöchentlich jeweils  
**Mo** 08<sup>30</sup> bis 12<sup>00</sup> Uhr oder  
**Mo** 18<sup>30</sup> bis 22<sup>00</sup> Uhr

**www.yoga-oberreute.de**  
+ **www.ayurvedicus.de**

weitere Angebote wie:

- Faszien/Yogakurse
- Workshops
- Weiterbildungen
- Wanderungen

**Kontakt:** Yoga Vidya, Unterreute 5  
im Landhaus Ayurvedicus  
88179 Oberreute, 08387/4380929  
[info@yoga-oberreute.de](mailto:info@yoga-oberreute.de)



## Freie Hermetisch-Christliche Studienstätte am Bodensee FHab

Hirtengärten 7, 88696 Owingen-Taisersdorf

Seminare über den christlich-rosenkreuzerischen Schulungsweg mit seinen heilenden, sozialen und künstlerischen Aspekten im Leben

**Seminare 2018/2019: Was ist das Leben?**

**Der heilende lebensstragende Herzensstrom des Erzengels Sophia**  
06./07.Okt. 2018, **05./06.Jan. 2019**, 21./22.April 2019, 15./16.Juni 2019

Anmeldung und Info: Tel. 07557/820630, Fax /820631, [info@fhab.de](mailto:info@fhab.de)

# Wie Gemeinschaft entsteht

*Der Gemeinschaftsbildungsprozess  
nach Scott Peck*

*- ein Handwerkszeug zur Selbsterforschung  
von authentischer Kommunikation*

*Das Handwerkszeug der Gemeinschaftsbildung ist eine Kommunikationsmethode. Sie wendet sich an Menschen, die an Gemeinschaft interessiert sind, die herausfinden möchten, ob gemeinschaftliche Wohnformen für sie in Frage kommen oder für diejenigen, die schon Teil einer Gruppe sind und zur Gemeinschaft werden wollen.*

Gemeinschaft ist ein Prozess. Eine Gruppe wird hierbei durch die Phasen von Pseudo, Chaos, Leere bis hin zur authentischen Gemeinschaft und deren heilemdem Feld geführt. Wer Freude hat am Forschen, einer achtsamen Erkundung der persönlichen Seins-Qualität im Jetzt, findet hier einen Erfahrungsraum, indem Verbundenheit entsteht durch das individuelle Ringen jedes Einzelnen, die Bereitschaft Masken fallen zu lassen und sich in seiner Verletzlichkeit zu zeigen.

Gerade auch unsere "kleinen Taten" sind wichtig um zum Welt-Ganzen konstruktiv beizutragen. Das einzigartige Licht in uns zu achten, das ist die Voraussetzung für ein neues Wir. Die Wahrnehmung von Welt zeigt sich jedem von uns durch seine eigene Brille. Es sind unsere Filter, die bestimmen was wir wahrnehmen, was wir sehen wollen.

Gepägt durch die hohen und konventionellen Ansprüche durch die Eltern und die Gesellschaft, sind wir gefordert unser echtes Selbstbewusstsein unabhängig von den Bewertungen anderer zum Ausdruck zu bringen.

Da jeder von uns aus einer anderen Perspektive in die Welt schaut, sind unsere Sichtweisen, Meinungen und auch Deutungen der Wirklichkeit oft sehr unterschiedlich. Die Kommunikation wird nicht selten schwierig. Gleichzeitig ist es jedoch auch spannend uns und die anderen besser kennen und verstehen zu lernen.

Indem wir im Kommunikationsprozess unsere inneren Bilder, Gedanken, Gefühle und Empfindungen vor den anderen öffnen, stellen wir sie zur genaueren Betrachtung zur Verfügung. Wir erfahren so auch die Sichtweisen der anderen. Im Kontakt mit unserem echten Kern und dessen wunderbaren Fähigkeiten und Visionen entwickeln wir mehr Verständnis für uns selbst. Wir bewegen uns von einer oberflächlichen, höflichen Pseudoverbundenheit zu einer mutigen Wahrhaftigkeit: Wir beginnen immer mehr Verantwortung für unser Denken, Reden und Handeln zu übernehmen.

Aus dem Aspekt von Selbstliebe und Selbstachtung machen wir den Weg frei, auch offener, freier und selbstbewusster nach außen zu gehen indem wir konkrete Formen für unsere individuellen Besonderheiten finden. Es entsteht Kontakt, wenn wir dem Prozess vertrauen. In der Balance zwischen kreativem Ausdrücken und echter Demut dem Leben gegenüber kommt es zu einer berührenden und authentischen Atmosphäre der tiefen Verbundenheit.

Die speziellen Kommunikationsempfehlungen von Scott Peck helfen uns dabei, die soziale Meditation und das Experiment Gemeinschaft erfolgreich zu gestalten.

Kennenlernen kann man diese Methode am Wochenende vom 25. und 26. Januar 2019 in Salem.

- Waltraud Zembrod -

Info: [www.salemerhaus.de](http://www.salemerhaus.de)

Leben wie ein Baum, einzeln und frei  
und brüderlich wie ein Wald,  
das ist unsere Sehnsucht.

- Nazim Hikmet, türkischer Dichter 1902-1963 -

## Ein Wochenende mit Professor Dr. Peter Selg

in Wangen /Allgäu am 11. und 12. Januar 2019

Freitag 11. Januar

### Rudolf Steiners Beziehung zur Christengemeinschaft

Pauluskirche, Rittelmeyerweg 1, 18.00 Uhr

### Das Credo der Menschenweihehandlung

Pauluskirche, Rittelmeyerweg 1, 20.00 Uhr

Samstag 12. Januar

### Die Menschenweihehandlung

Pauluskirche, 09.00 Uhr

### Das geistige Licht der Waldorfschule

Pädagogischer Vortrag  
Stadthalle, Jahnstraße 21, 10.30 Uhr

Eine Gemeinschaftsveranstaltung  
von der Christengemeinschaft in Wangen, Info: 07522 - 29 616  
und der Anthroposophischen Gesellschaft,  
dem Kaspar-Hauser-Zweig Wangen, Info: 07522 - 39 94

Eintritt frei, beim Ausgang wird um Spenden gebeten!



## Praxis für Psychotherapie nach dem Heilpraktikergesetz Coaching und Mediale Beratung

### Ulrike Eschbaumer

Heilpraktikerin für Psychotherapie  
Malthérapeutin, iac Zürich  
Systemischer Coach, ISH  
Mediale Beraterin, Arthur Findley College

Telefon: +49 (0) 8389 - 929 69 01

Mobil: +49 (0) 160 - 444 21 11

Web: [www.psychotherapie-am-bodensee.de](http://www.psychotherapie-am-bodensee.de)

Im Weinberg 11, 88138 Weißensberg

Kraft  
finden

Mut  
fassen

### Mein Angebot für Sie

Individuelle Begleitung & Beratung in schwierigen Lebenssituationen und bei Konflikten

- Einzel- und Paarsitzungen für Erwachsene: Gesprächs- und Malthérapie, Coaching
- Mediale Beratung: Channeling, Mediale Begleitung, Geistiges Heilen
- Einzelsitzungen für Kinder und Jugendliche



Veränderung  
gestalten



**SA 01.12.**

bis SO 09.12., "3.Nikolaustage Überlingen", an **verschiedenen Orten in Überlingen**

bis SO 02.12., "Heiler/in sein in der heutigen Gesellschaft", Seminar mit Sabine Blechstein, bitte anmelden, **Seminarzentrum Schloss Glarisegg, CH-Steckborn**

09:00 - 13:15 Uhr, "Bewusstseinsentwicklung der Menschen", Seminar mit Daniel Hafner, **Die Christengemeinschaft, Konstanz**

10:00 - 16:00 Uhr, "Du wirst als Künstler geboren in dem Unternehmen Menschheit", Seminar mit Johannes Stüttgen, **Zeller Kultur, Radolfzell**

10:00 - 17:00 Uhr, "Adventsbasar", **Freie Waldorfschule, Wangen**

10:00 - 17:00 Uhr, "Adventsmarkt", **Ekkharthof, CH-Lengwil**

10:00 - 17:00 Uhr, "Meine Vision fürs neue Jahr", Tagesseminar mit und bei Sabrina Gundert, bitte anmelden, **Engen**

11:00 - 17:00 Uhr, "Großer Adventsbasar", **Freie Waldorfschule, Überlingen**

14:00 - 15:15 Uhr, "Schellen-Ursli", Musical für klein und groß, **Museum Würth, CH-Rorschach**

14:30 Uhr, "Der Nikolaus kommt zu Besuch...", Geschichten und Lieder für Kinder, **BuchLandung, Überlingen**

16:30 Uhr, "Bieterrunde für die Saison 2019", Solawi Ravensburg, **FreieWaldorfschule, Ravensburg**

17:00 Uhr, "Nikolaus Erben: Die Lage der orientalischen Christen", Podiumsgespräch mit St. Nikolaus, Simon Jacob /stellv. Vorsitzender des Zentralrats der orientalischen Christen und Pfarrer Issa Gharib /Syrisch-Orthodoxe Kirche, **Augustinum, Überlingen**

**SO 02.12.**

09:00 - 17:00 Uhr, "Mutter-Tochter-Sein", ein Tag für Mütter und Töchter zwischen 8 und 12 Jahren, mit Elisabeth Berchtold, bitte anmelden, **Bildungshaus St. Arbogast, A-Götzis**

10:00 - 18:00 Uhr, "Seelenzeit - ein Tag mit Atem, Klang, Stimme und Stille", mit Sieghard Bay, **FreiRaum, Kißlegg**

11:00 - 15:00 Uhr, "Vernetzungstreffen von *wirundjetzt* e.V.", für Planung der Aktivitäten im kommenden Jahr, anmelden bei Simon Neitzel, **Zepelin Universität, Friedrichshafen**

16:00 Uhr, "Adventsgärtchen", für die Kinder und die ganze Gemeinde, **Die Christengemeinschaft, Überlingen**

16:00 Uhr, "Adventsgärtchen", für die Kinder und die ganze Gemeinde, **Die Christengemeinschaft, Konstanz**

16:00 Uhr, "Ein Licht - ein Baum - wir helfen", Weihnachtsbaum-Illumination mit dem Club Soroptimist und Abordnung der Stadtkapelle Überlingen, **Auf der Hofstatt, Überlingen**

17:00 Uhr, "Advents- und Weihnachtskonzert", mit dem Münster- und Kammerchor Überlingen, Jugendkantorei Überlingen, Blechbläserensemble ALTIBA, Andreas Jetter /Orgel. Leitung: Melanie Jäger-Waldau, **St. Nikolaus Münster, Überlingen**

17:00 Uhr, "German Brass", Altstadtkonzert, **Festsaal, Freie Waldorfschule, Wangen**

17:00 Uhr, "Musikalisch-literarisches zum Advent", mit dem Tri-o-colore, Martina Hartmann /Flöte, Jürgen Flach /Violine, Markus Kimmich /Gitarre und Ingrid Koch /Sprache, **Bücherei im Kornhaus, Wangen**

**MO 03.12.**

15:00 Uhr, "St. Nikolaus und die 3 goldenen Kugeln", Theateraufführung mit dem Kinderhaus Burgberg, **Stadtbücherei, Überlingen**

19:30 Uhr, "Klangschalenmeditation", mit und bei Elke Baltes, bitte anmelden, **Uhldingen-Mühlhofen**

**DI 04.12.****BARBARA-TAG**

15:00 - 16:30 Uhr, "ErlebniSTanz", mit Silvia Figel, offene Gruppe, immer dienstags, außer in den Weihnachtsferien, **Evang. Gemeindehaus, Oberuhldingen**

16:00 - 17:30 Uhr, "Yin- und Hatha Yoga für SIE und IHN zur Steigerung der Resilienzfähigkeit", u. 18:00 Uhr, "Meditation und stilles Gehen", immer dienstags, mit Viktoria Vlcek, **Atelier Überlingen**

18:00 + 20:00 Uhr, "Mantra - Sounds into Silence", **Kino, Rapunzel, Legau**

19:00 Uhr, "Geschichten, die im Winter Wärme bringen", Lese- u. Erzählabend mit Maria Oßwald, **auszeitHaus-bodensee, Markdorf**

19:00 - 22:00 Uhr, "Systemische Astrologie", 5.Aband der Ausbildung mit Hans-Peter Regele von ARKANUM / Praxis für Therapie in Lindau, bei ihm anmelden, **Eulenspiegels Kulturraum, Wasserburg**

20:00 Uhr, "In unseren Händen", Filmtage Hunger.Macht.Profite.9, **Altes Kino, A-Rankweil**

**MI 05.12.**

10:00 - 12:00 Uhr, "Information über Tauschring Lindau-Wangen und Beratung über bürgerschaftliches Engagement, immer mittwochs, **Bürgeramt, Wangen**

10:00 - 13:00 Uhr, "Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation nach Rosenberg", mit Dagmar Albrecht, **Oktave Goldbach, Überlingen**

15:30 Uhr, "Weihnachtsduft & Sternenglanz", Weihnachtliche Vorlesestunde für Kinder ab 5 Jahren, **Stadtbücherei im Kornhaus, Wangen**

15:30 Uhr, "Lesepiraten-Nikolausgeschichten", Vorlesestunde für Kinder ab 6 Jahren, **Ausguck, Medienhaus am See, Friedrichshafen**



**Hochsensibel, Vielbegabt,...?**  
**Wie wäre es, deine Potenziale jetzt zu entdecken?**  
 Coaching  
 Access Bars®  
 Figurenstellen  
 Einzelsitzungen  
 Workshops, Kurse  
 Access Energetic Facelift™

*Mehr Spaß & Leichtigkeit im Leben*

**PETRA SOMMERFELD**  
 Impulse für Veränderung

mobil: +49 (0)179 6771562  
 ps@petrasommerfeld.de  
 www.petrasonnerfeld.de

17:30 - 19:00 Uhr, "Yogakurs", mit Sabine Pfau, immer mittwochs außer in den Schulferien, Einstieg nach Rücksprache jederzeit möglich, **Yoga und Klang, Wangen**

18:00 - 19:30 Uhr, "ErlebniSTanz", mit Silvia Figel, offene Gruppe, immer dienstags, außer in den Weihnachtsferien, **Seminarraum Lichthaus, Bambergen**

19:00 - 20:30 Uhr, "T'ai Chi Ch'uan", neuer Grundkurs, immer mittwochs, außer in den Ferien, **Taichi Haus, Überlingen**

19:30 Uhr, "Das Wunder von Mals", Filmtage Hunger.Macht.Profite.9, **Spielboden, A-Dornbirn**

19:30 - 21:00 Uhr, "Yogakurs", mit Sabine Pfau, immer mittwochs außer in den Schulferien, Einstieg nach Rücksprache jederzeit möglich, **Yoga und Klang, Wangen**

20:00 Uhr, "Liebeszeichen und andere Geschichten aus dem Dorf" von Franz Michael Felder, Buchpräsentation gelesen von David Kopp, **Vorarlberger Landesbibliothek, A-Bregenz**

**DO 06.12.**

16:00 - 17:30 Uhr, "Yin- und Hatha Yoga für SIE und IHN zur Steigerung der Resilienzfähigkeit" mit Viktoria Vlcek, immer donnerstags, **Atelier, Überlingen**

19:15 - ca. 20:30 Uhr, "Klang- u. Entspannungsreise", mit Ulrike Eschbaumer und Stefan Baab, **Klang- und Lichthaus, Weißenberg**

19:30 Uhr, "Das Licht der Waldorfschule", Vortrag mit Prof. Dr. Peter Selg, im Rahmen der KulturWerkstattSchule, **Gelber Saal, Freie Waldorfschule Wahlwies, Stockach-Wahlwies**



19:30 Uhr, "Unsichtbare Grenzen", mit Vorfilm, Filmtage Hunger.Macht.Profite.9", **Spielboden, A-Dornbirn**

20:00 Uhr, "Stammtisch von Tauschring Cambodunum", **Kempten-St.Mang**

20:00 Uhr, "Vorgeburtliches Sein Teil 1 - Was erleben wir?", Einführung und Gespräch mit den Pfarrern, **Die Christengemeinschaft, Überlingen**

20:00 Uhr, "Kratzer auf der Christbaumkugel", Lesung und Musik mit T.+ F. Lutz, **Café im Eulenspiegel, Wasserburg**

### FR 07.12.

bis SO 09.12., "Tod - Höhepunkt des Lebens - ARKANUM, Lebensschule, begleitete Wege in die Freiheit", 4.offenes Wochenendseminar mit Hans-Peter Regele, bei ihm anmelden, **Seminarhaus FreiRaum, Kisslegg**

09:00 - 17:00 Uhr, "Einführung in die *Unterstützte Kommunikation*", Fortbildung mit Frau Barbara Ruths, Heilpädagogin und Fachkraft für UK, **Camphill Ausbildungen, Frickingen**

09:30 - 11:30 Uhr, "Gutenmorgenmalen", für Anfänger und Fortgeschrittene, mit Ulrike Eschbaumer, 14-tägig, bitte anmelden, **Mal- und Gestaltungsatelier, Weißenberg**

13:00 Uhr, "Ein Blick hinter die Kulissen des Bio-Herstellers", mit Anmeldung, öffentliche Betriebsführung bei **Rapunzel, Legau**

17:00 Uhr, "Öffentliche Führung im Goldbachstollen", immer am ersten Freitag im Monat, **Treffpunkt: Tor am Eingang, Überlingen**

19:00 Uhr, "Regionaltreffen von Tauschen am See", **Anlaufstelle für Bürgerengagement, Tettngang**

19:00 - 21:00 Uhr, "Klangyoga", eine meditativ entspannende Yogastunde mit Klängen und Affirmationen, mit Sabine Pfau, bei ihr anmelden, **Klang und Yoga, Wangen**

19:15 - ca. 20:30 Uhr, "Klang- u. Entspannungsreise", mit Ulrike Eschbaumer und Stefan Baab, **Klang- und Lichthaus, Weißenberg**

19:30 Uhr, "Rotes Gold", Filmtage Hunger.Macht.Profite.9", **RIO Kino, Feldkirch**

20:15 Uhr, "Über das Christwerden im 21.Jahrhundert", Mitglied werden und sein in der Christengemeinschaft, mit Anca Burloi und Carola Gerhard, **Die Christengemeinschaft, Konstanz**

### SA 08.12.

09:30 - 17:30 Uhr, "Access Bars®-Kurs", mit Petra Sommerfeld, bei ihr anmelden, **Heilpraxis Allgäu, Oy-Mittelberg**

09:30 - 12:00 Uhr, "Du bist schön!", Schnupper-Workshop für Frauen in Bodyblessing (Körper Verehrung) - versus Bodyshaming - in die ureigene weibliche Kraft, Schönheit und Fülle kommen, mit und bei Sandra Dinger, **Praxis Wildrose, CH-St. Gallen/ Wittenbach**

10:00 - 19:00 Uhr, "Healing Arts", Weihnachts-Erlebnis-Messe, Kunst, Coaching, Heilsames, **Foyer, Kursaal, Überlingen**

10:00 - 13:00 Uhr, "Yin Yoga für inneren Frieden mit inspirierenden Gedanken zum Advent", ab 14:30 Uhr, "Infotermine zur Yoga Ausbildung", bitte anmelden, **Yoga Vidya Oberreute**

11:30 - 18:00 Uhr, "Advent in Arbogast - Raum und Zeit für Muße, Begegnung und Kreativität", **Bildungshaus St. Arbogast, A-Götzis**

14:00 - 18:30 Uhr, "Das Geheimnis der Freiheit", Seminar mit Dr. Swassjan, anmelden bei Frau Maria Döring, **Freie Waldorfschule, CH-Kreuzlingen**

14:00 Uhr, "Dr. Brumm feiert Weihnachten", Vorlesestunde für Kinder ab 4 Jahren, **Medienhaus am See, Friedrichshafen**

15:00 - 19:00 Uhr, "Les Tolstoi: Martin der Schuster", Dramatische Lesung mit Musik, mit Cornelis Rutgers, **Rudolf-Steiner-Schule, CH-Kreuzlingen**

16:00 Uhr, "Drei Haselnüsse für Aschenbrödel", Weihnachtstheater des Kulturvereins Wangen, **Festsaal, Freie Waldorfschule, Wangen**

19:30 Uhr, "Kein Fluss und kein Meer", Filmtage Hunger.Macht.Profite.9", **RIO Kino, Feldkirch**

20:00 Uhr, "Bob Dylan, der Liedermacher, die Leidenschaft, das Lebenswerk", Konzert mit Dan Allmayer; er liest, singt und zitiert von und über den Literaturnobelpreisträger von 2016, **Freie Kunstakademie, Überlingen**



**BERUFSBEGLEITENDES  
WALDORFLEHRERSEMINAR  
ÜBERLINGEN**

[www.lehrerseminar-ueberlingen.de](http://www.lehrerseminar-ueberlingen.de)  
[post@lehrerseminar-ueberlingen.de](mailto:post@lehrerseminar-ueberlingen.de)  
+49 (0) 75 51 - 94 994 31

### SO 09.12.

11:30 Uhr, "Konzert mit dem Allegra-Quartett aus Göppingen", mit Streichquartetten von Ludwig van Beethoven und Carl Nielsen, **Die Christengemeinschaft, Wangen**

14:00 - 18:00 Uhr, "Denken und verstehen lernen", Seminar mit Prof. Dr. Karen Swassjan, anmelden bei Frau Anica Stüssi-Köhler, **Kulturraum Stuppishaus, CH-Chur**

17:00 Uhr, "Gloria", Chormusik zu Weihnachten, mit dem Madrigalchor Überlingen, unter Leitung von Thomas Braun, **Wilhelm-Meister-Saal, Dorfgemeinschaft Lautenbach**

### DI 11.12.

10:00 - 17:00 Uhr, "Auf Weihnachteh hin", Kreistänze im Advent mit Monika Bechtold / Oberstdorf, bitte anmelden, **Bildungshaus St. Arbogast, A-Götzis**

## Demeter-Kräutertee in „Ganzblatt-Premiumqualität“!



Öko-Kontrollstelle: DE-Öko-022



Dieser Tee wird in der sozialtherapeutischen Lebens- und Arbeitsgemeinschaft Lautenbach im idyllischen Bodenseeraum hergestellt. Das besondere Klima, der biologisch-dynamische Anbau, die sorgsame Pflege und eine sehr schonende Trocknung garantieren Tees von besonderer Qualität. Vor allem im Bereich der Pflege, der Ernte und der Aufbereitung finden viele betreute Menschen eine sinnerfüllte Arbeitsaufgabe. Während des gesamten Arbeitsprozesses steht die Handarbeit im Vordergrund.

Die Kräutertees und nähere Infos gibt es unter [www.lautenbach-ev.de/shop](http://www.lautenbach-ev.de/shop),  
Tel.: 07552 / 262 - 108 sowie in einigen Bioläden rund um den Bodensee



## Eine faszinierende Neuerscheinung

Die Qualität von Wasser und Lebensmitteln wird durch 420 sprechende Kristallbilder und deren lebendige Interpretation für jeden ersichtlich.

Buch Hardcover, 165 Seiten, Din A4, 400 farbige Abbildungen € 38.-

**Bestelladresse:**

Praxis Dr. Wilhelm Höfer  
D 88662 Überlingen, Dorfstr. 22  
+49 7551 915151  
hoefer@wasserstudio-bodensee.de  
www.wasserstudio-bodensee.de

19:00 - 20:00 Uhr, "Bewegte Faszien im Alltag", Gehen, Sitzen, Bücken dem Bauplan ihres Körpers entsprechend unter Anleitung von und mit Arne Sturm /Senmotoc Faszientherapeut, bei ihm anmelden, **Freie Waldorfschule, Wangen**

### MI 12.12.

15:00 + 19:00 Uhr, "Eine Handvoll Sterne", Annika Hofmann erzählt weihnachtliche Geschichten, musikalisch begleitet von Martina Noichel an der Harfe, **Rapunzel, Legau**

15:00 Uhr, "Adventscafé", **Die Christengemeinschaft, Wangen**

18:30 - 20:00 Uhr, "Klang-Yoga", mit Irina Futterer, **Impulshaus, Engen**

19:00 Uhr, "Jin Shin Jyutsu Strömabend", auch ohne Vorkenntnisse, mit und bei Heidrun von Werthern, **JSJ-Heilkunst, Stockach-Wahlwies**

19:30 Uhr, "Die Kunst des Fragens: Lebensfragen als Wegweiser und als Medizin", Abend-Workshop mit Rani Legde-Naskar für Neulinge und Wiederholer, **auszeithaus bodensee, Markdorf**

19:30 - 22:00 Uhr, "Bewegungen der Liebe - das neue Familienstellen", 3. Vortragsabend der dreiteiligen Vortragsreihe mit Hans-Peter Regele von ARKANUM /Praxis für Therapie in Lindau, bei ihm anmelden, **Eulenspiegels Kulturraum, Wasserburg**

19:30 Uhr, "Was wird mit dem Goetheanumbau geschehen?", Vortrag mit Peter Selg, **Freie Waldorfschule, Überlingen**

20:00 Uhr, "Die Spiritualität der Jugend und ihre Schatten", Vortrag mit Johannes Greiner, veranstaltet vom Johannes Hus Zweig, **Saal, Rudolf Steiner Schule, CH-Kreuzlingen**

### DO 13.12.

09:30 - 11:30 Uhr, "Stammtisch von Tauschring Cambodunum", **Kempten, St.Mang**

11:00 Uhr, "Oberuferer Paradeisspiel", **Ekkharthof, CH-Lengwil**

14:00 Uhr, "Haus Rengold kennenlernen", Hausführung, jeweils am zweiten Donnerstag im Monat, **Haus Rengold, Überlingen**

15:00 - 16:30 Uhr, "ErlebniSTanz", mit Silvia Figel, offene Gruppe, zweiwöchentlich, außer in den Weihnachtsferien, **Evang. Gemeindehaus, Owingen**

20:00 - 21:30 Uhr, "Meditative Klangreise", ein Klangkonzert mit Sabine Pfau, für Körper und Seele: mit allen Sinnen nach Innen gehen und sich auf sich selbst besinnen, bitte anmelden, **Klang und Yoga, Wangen**

20:00 - 22:00 Uhr, "Singen - Singen - Singen", mit Sieghard Bay, **FreiRaum, Kißlegg**

20:00 Uhr, "Vorgeburtliches Sein Teil II - Eine Inkarnation bereitet sich vor", Betrachtung mit Ilse Wellershoff-Schuur, **Die Christengemeinschaft, Überlingen**

20:00 Uhr, "Estrela - I love Paris", Chansons, Manouche und Musique Tzigane, mit Aleksandra Lartseva /Violine und Gesang, Susanne Scheier /Gitarre und Gesang und Uwe Martin /Kontrabass, **Café im Eulenspiegel, Wasserburg**

### FR 14.12.

bis SO 16.12., "Schule der Stimmenthüllung", Gesangsseminar mit Christiaan Boele, **INKA, Humboldthaus, Achberg**

bis SO 16.12., "Das Wagnis der Stille", Meditationstage für Männer", mit Patrick R. Afchain, **Bildungshaus St. Arbogast, A-Götzis**

bis SO 16.12., "Achtsames Singen", Stimmfaltung als Unterstützung zur Burnout-Prophylaxe und Stressbewältigung, Seminar mit Rosani Reis, **Bildungshaus St. Arbogast, A-Götzis**

bis SO 16.12., "Shankamental Vision", Tiefenentspannungs-Workshop mit Andreas Shankara Gellermann, bitte anmelden, **Seminarhaus des Heinrich Schwab Instituts, Eglolfstal**

09:00 - 11:00 Uhr, "Raum für positive Veränderung - Momentane Lebenssituationen bestmöglich meistern", Praxisgruppe mit Ulrike Eschbaumer, 14-tägig, bitte anmelden, **Praxis für Psychotherapie, Weißensberg**

16:00 - 21:00 Uhr, "Winterzauber", Adventsmarkt im **Bauernhausmuseum, Wolfegg**

16:00 - 18:00 Uhr, "Betriebsführung", Energie-Produkte erleben und Einblicke in die Forschungsarbeiten bekommen, **Firma ReLux, Frickingen**

18:30 Uhr, "Beziehungsfördernde Kommunikation", Übungsgruppe mit Julia und Uwe Kienitz, **Die Christengemeinschaft, Überlingen**

20:00 Uhr, "Vom Himmel auf Erden und was es sonst noch gibt", mit der Märchenerzählerin Regula Seelherr, musikalische untermalt mit jungen Musikern, bitte eine Tasse für Tee mitbringen, **Bücherei im Kornhaus, Wangen**

20:00 Uhr, "Bob Dylan, der Liedermacher, die Leidenschaft, das Lebenswerk", Konzert mit Dan Allmayer; er liest, singt und zitiert von und über den Literaturnobelpreisträger von 2016, **Kunsthalle Kleinschönach, Herdwangen-Schönach**

### SA 15.12.

bis SO 16.12., "Auszeit in der Adventszeit mit Pferden und Alpakas", mit Karin Walz, bei ihr anmelden, **Curly Ranch, Höri /Bodensee**

09:00 - 18:00 Uhr, "Bewegungen der Liebe - Seminar mit Familienstellen", mit Hans-Peter Regele von ARKANUM /Praxis für Therapie in Lindau, bei ihm anmelden, **Eulenspiegels Kulturraum, Wasserburg**

13:00 - 20:00 Uhr, "Winterzauber", Adventsmarkt im **Bauernhausmuseum, Wolfegg**

15:30 - 17:00 Uhr, "Es weihnachtet sehr", Geschichten für kleine und große Zuhörer, **Stadtbücherei, Überlingen**

16:00 Uhr, "Die Goldkinder", Figurenspiel nach den Gebrüder Grimm, mit dem mobilen Theater 'EinundAlles', **Haus Rengold, Überlingen**

19:00 Uhr, "Adventskonzert", mit Werken von Dubra, Gjelo, Pärt, Reger, Schriever u.a., für Chor a cappella, mit dem Vocalensemble Überlingen und dem Melos Ensemble Bad Saulgau, Ltg.: Petra Ziebig, **Emmaus Kirche der Christengemeinschaft, Überlingen**

19:00 Uhr, "Geistliche Musik im Advent", **St. Martin, Wangen**

19:30 Uhr, "Rudolf Steiner und die Christengemeinschaft - Die Spirituelle Erneuerung der Zivilisation durch Anthroposophie", Vortrag mit Peter Selg, **Glashaus, Andreashof, Überlingen**

20:00 Uhr, "Uwe Ladwigs Horns & Beat Weihnachtsprogramm", **Zeller Kultur, Radolfzell**



# Buch Kultur Opitz

Kinder- und Jugendbücher  
Anthroposophie  
Kunstpostkarten  
Klassische CDs und Noten  
Allgemeines Antiquariat

78462 Konstanz, St. Stephans Platz 45  
Tel. 07531-24171, www.buchkulturopitz.de

## SO 16.12.

09:00 - 18:00 Uhr, "Bewegungen der Liebe - Seminar mit Familienstellen", mit Hans-Peter Regele von ARKANUM /Praxis für Therapie in Lindau, bei ihm anmelden,

**Eulenspiegels Kulturraum, Wasserburg**

09:30 - 17:30 Uhr, "Access Bars®-Kurs", mit Petra Sommerfeld, bei ihr anmelden,

**Seminarraum, Wangen**

11:00 - 18:00 Uhr, "Winterzauber", Adventsmarkt im **Bauernhausmuseum, Wolfegg**

ab 15:00 Uhr, "Weihnachtszauber", Weihnachtsmarkt für große und kleine Leute, **Hottenlocher Hof, Mühlingen**

16:00 Uhr, "Oberuferer Christgeburtsspiel", **Ekkharthof, CH-Lengwil**

17:00 Uhr, "Adventskonzert", mit Werken von Dubra, Gjelo, Pärt, Reger, Schriefer u.a., für Chor a cappella mit dem Vocalensemble Überlingen und dem Melos Ensemble Bad Saulgau, Ltg.: Petra Ziebig, **Kath. Kirche, Fulgenstadt bei Bad Saulgau**

## DI 18.12.

19:00 Uhr, "Tauschtreffen vom Tauschring Isny-Leutkirch", **Paul Fagius Haus, Isny**

19:00 Uhr, "Jin Shin Jyutsu Strömabend und Meditation", mit Heike Kuschel, **Jin Shin Jyutsu-Bodensee, Stockach-Wahlwies**

## MI 19.12.

15:30 Uhr, "Michel feiert Weihnachten", mit dem Theater Pantaleon, **Kiesel im K42, Friedrichshafen**

20:00 Uhr, "Neue soziale Aufbrüche wagen", Rundgespräch im Gedenken an Peter Schilinski mit Christine Joppig und Anton Kimpfner, **Kulturraum im Eulenspiegel, Wasserburg**

20:00 Uhr, "Traditionelles Weihnachtskonzert der VLB - Streichquintett in C-Dur von Franz Schubert", mit Emmanuel Tjeknavorian, Romaine Bolinger, Timothy Ridout, Kian Soltani und Payam Taghadossi, **Vorarlberger Landesbibliothek, A-Bregenz**

## DO 20.12.

16:00 Uhr, "Petersons und Findus, das schönste Weihnachten überhaupt", Kino für Kinder ab 6 Jahren, **Kiesel im K42, Friedrichshafen**

19:00 Uhr, "Weihnachtliches Treffen von Tauschring Lindau-Wangen", Gäste und Interessierte sind immer willkommen, **Café im Weberzunftaus, Wangen**

20:00 Uhr, "Weihnachtsspiel", **Rudolf-Steiner-Schule, CH-Kreuzlingen**

## FR 21.12.

bis FR 04.01.2019, "Bewegungen der Stille", - Seminarreise ins Sandmeer der tunesischen Sahara mit dreitägigem Wüsten-Retreat, mit Hans-Peter Regele von ARKANUM /Praxis für Therapie in Lindau, bei ihm anmelden, **Sahara, Tunesien**

09:30 - 11:30 Uhr, "Gutenmorgenmalen", für Anfänger und Fortgeschrittene, mit Ulrike Eschbaumer, 14-tägig, bitte anmelden, **Mal- und Gestaltungsatelier, Weißensberg**

19:00 Uhr, "Christgeburtsspiel", Oberuferer Weihnachtsspiel, **Festsaal, Freie Waldorfschule, Wangen**

20:00 Uhr, "Märchen vom Unterwegssein und Ankommen", mit der Märchenerzählerin Regula Seelherr, musikalische Untermalung von Jean-Jacques Schalekamp, bitte eine Tasse für Tee mitbringen, **Bücherei im Kornhaus, Wangen im Allgäu**

## SA 22.12.

13:30 - 18:00 Uhr, "Tanzen zu WinterSonnen-Wende", Tanznachmittag für Frauen mit Inge-mar Rohn, bitte anmelden, **Überlingen**

20:00 Uhr, "Weihnachtsoratorium von Johann Sebastian Bach", Kantaten I - III, **Münster, Konstanz**

## SO 23.12.

16:00 Uhr, "Weihnachtsoratorium von Johann Sebastian Bach", Kantaten IV - VI, **Münster, Konstanz**

## MO 24.12.

**HEILIGER ABEND**

16:30 Uhr, "Weihnachtsspiel für Jung und Alt", **Die Christengemeinschaft, Wangen**

## DI 25.12.

**WEIHNACHTEN**

## MI 26.12.

**WEIHNACHTEN**

## DO 27.12.

18:00 - 20:00 Uhr, "Rauhnachtsyoga - Thema Versöhnung", bitte anmelden, **Yoga Vidya, Oberreute**

19:00 - 21:30 Uhr, "Jahreswechsel - Ritual zu Abschied und Neubeginn - Meditatives Malen", mit Ulrike Liebsch, bitte anmelden, **Atelier Kunst-T-Raum, Wangen**

## FR 28.12.

18:00 - 20:00 Uhr, "Rauhnachtsyoga - Thema Altes loslassen", bitte anmelden, **Yoga Vidya Oberreute**

20:00 Uhr, "Von Geistern, Winterhirten und dem Tod", mit der Märchenerzählerin Regula Seelherr, musikalische Untermalung von Jean-Jacques Schalekamp, bitte eine Tasse für Tee mitbringen, **Bücherei im Kornhaus, Wangen**

## SA 29.12.

bis DO 03.01., "Goodbye! Hello! Silvester und Neujahr und The Art of Being®", mit Alan Lowen, **Seminarzentrum Schloss Glarisegg, CH-Steckborn**

15:00 - 17:30 Uhr, "Rauhnachtsyoga - Thema Freundschaft", mit Harfenbegleitung, bitte anmelden, **Yoga Vidya, Oberreute**

## SO 30.12.

bis DI 01.01., "Bewusst ins Neue Jahr", mit Sieghard Bay, **FreiRaum, Kißlegg**

10:00 - 12:00 Uhr, "Rauhnachtsyoga - Thema Vorbereitung auf das Neue", bitte anmelden, **Yoga Vidya, Oberreute**

20:00 Uhr, "Virtuose Trompetengala zum Jahresausklang", Trompetenkoncert und Orgelwerke u. a. von Bach, Albinoni, Fasch, Loeilet und Martini, mit Reinhold Friedrich /Trompete und Martin Schmeding /Orgel, **Münster, Konstanz**

## MO 31.12.

17:00 Uhr, "Silvesterkonzert mit Eurythmie", mit Werken von J.S.Bach, H. Boerger, B. Brustad und J. Kvandal, Eurythmie: Sara Eckhardt, Violine: Geir Hakon Seljelid, **Humboldthaus, Achberg**

19:00 Uhr, "Silvesterkonzert", mit der Stadtkapelle Wangen, **Festsaal, Freie Waldorfschule, Wangen**

22:00 Uhr, "Silvesterkonzert", Trompetenkoncert und Orgelwerke u. a. von Bach, Albinoni, Fasch, Loeilet und Martini, mit Reinhold Friedrich /Trompete und Martin Schmeding /Orgel, **Münster, Konstanz**

**Yoga & Freie Atemschule**

Grundkurse  
Aufbaukurse  
Einzelarbeit

Seminare  
Yoga-Intensiv  
Yoga-Therapie  
Urlaub & Regeneration

[www.freie-atemschule.de](http://www.freie-atemschule.de)  
Zeughausgasse 2 - 88662 Überlingen - Tel. 0176 - 32673802

## MI 02.01.

bis FR 04.01., "EUROPA 2019: Aktuelle Projekte im Ideen-Licht von 100 Jahre Bewegung für die Dreigliederung des sozialen Organismus - eine Geburtstagsfeier", Tagung des Internationalen Kulturzentrum Achberg e.V., **Humboldthaus, Achberg**

10:00 - 12:00 Uhr, "Information über Tauschring Lindau-Wangen und Beratung über bürgerschaftliches Engagement", immer mittwochs, **Bürgeramt, Wangen**

17:00 Uhr, "Das Traumlied von Olav Asteson", gesungen von Hans Niessen, **Die Christengemeinschaft, Wangen**

19:00 - 21:00 Uhr, "Rauhnachtsyoga - Thema Klarheit: Entzünde Dein Licht", bitte anmelden, **Yoga Vidya, Oberreute**

20:00 Uhr, "Stammtisch von Tauschring Cambodunum", **Kempten-St.Mang**

## DO 03.01.

bis SO 06.01., "Vagus A Sympatikus - anderen vergeben", mit Premi Shanti Obermaier und Nirava Seong Ae Kim, **Seminarzentrum Schloss Glarisegg, CH-Steckborn**

10:00 Uhr, "Pimparella, die Prinzessin, die gerne Weihnachtsplätzchen backt", für Kinder ab 4 Jahren, mit dem Theater Knuth, **Stadtbücherei im Kornhaus, Wangen**

10:15 Uhr, "Lukas der Evangelist", Betrachtungen mit Magda Beckert, **Die Christengemeinschaft, Wangen**

19:00 - 21:00 Uhr, "Rauhnachtsyoga - Thema Visionen: Gestalte Dein neues Jahr", bitte anmelden, **Yoga Vidya, Oberreute**

## FR 04.01.

bis SO 06.01., "...die modernste Gesellschaft, die es geben kann", Tagung zur Neugestaltung der Allgemeinen Anthroposophischen Gesellschaft und ihren Aufgaben in der Welt, veranstaltet vom Internationales Kulturzentrums Achberg e.V., **Humboldt-Haus, Achberg**

10:15 Uhr, "Johannes, der Evangelist", Betrachtungen mit Christoph Massag, **Die Christengemeinschaft, Wangen**

13:00 Uhr, "Ein Blick hinter die Kulissen des Bio-Herstellers", mit Anmeldung, öffentliche Betriebsführung bei **Rapunzel, Legau**



## HAUTGENUSS

**Christine Huber**

Heilpraktikerin & Naturkosmetikerin

info@hautgenuss.com  
www.hautgenuss.com  
+49 752 29 72 24 40

Termine nach Vereinbarung



17:00 Uhr, "Öffentliche Führung im Goldbachstollen", immer am ersten Freitag im Monat, **Treffpunkt: Tor am Eingang, Überlingen**

18:00 - 20:00 Uhr, "Rauhnachtsyoga - Thema Gnade: Die großen Lebensfragen", bitte anmelden, **Yoga Vidya, Oberreute**

19:00 Uhr, "Regionaltreffen von Tauschen am See", **Anlaufstelle für Bürgerengagement, Tettngang**

19:15 Uhr, "Das Traumlied von Olaf Asteson", gesungen von Hans Niessen, **Humboldthaus, Achberg**

20:00 Uhr, "Johannes Deffner - Duo Amado", Konzert, **Café im Eulenspiegel, Wasserburg**

## SA 05.01.,

bis SO 06.01., "Was ist das Leben? Der heilende lebenstragende Herzensstrom des Erzengels Sophia", **Freie Hermetisch-Christliche Studienstätte am Bodensee, Owingen-Taisersdorf**

10:15 Uhr, "Ausklang der Weihnachtszeit", **Die Christengemeinschaft, Wangen**

15:00 - 17:00 Uhr, "Rauhnachtsyoga - Thema Segen und Abschuß", mit Klangentspannung, bitte anmelden, **Yoga Vidya Oberreute**

17:00 Uhr, "Martin der Schuster - Wo die Liebe ist, da ist auch Gott", dramatische Lesung durch den Schauspieler Cornelis Rutgers, **Die Christengemeinschaft, CH-Schaffhausen**

## SO 06.01.

14:00 - 18:00 Uhr, "Jahreswechsel - Wechselkunst", Labor-Nachmittag im Entwicklungslabor für Zukünftiges, mit Rani Legde-Naskar, **auszeitHaus bodensee, Markdorf**

17:00 Uhr, "Die Anbetung der Könige", ein Singspiel für die ganze Familie, **Die Christengemeinschaft, Wangen**

20:00 Uhr, "Der Fünfte König", Theaterstück von Manfred Grüttgen, gespielt von Claudius Hoffmann, **Fachklinik siebenzwerge, Salem-Oberstenweiler**

## DI 08.01.

09:00 - 10:30 Uhr, "Qigong", neuer Grundkurs immer dienstags, außer in den Ferien, **Taichihaus, Überlingen**

11:00 - 18:00 Uhr, "Kommunikation in der Partnerschaft", Einführungsseminar mit Dagmar Albrecht, **Oktave Goldbach, Überlingen**

16:00 - 17:30 Uhr, "Yin- und Hatha Yoga für SIE und IHN zur Steigerung der Resilienzfähigkeit", u. 18:00 Uhr, "Meditation und stilles Gehen", immer dienstags, mit Viktoria Vlcek, **Atelier, Überlingen**

19:00 - 20:00 Uhr, "Bewegte Faszien im Alltag", Gehen, Sitzen, Bücken dem Bauplan ihres Körpers entsprechend unter Anleitung von und mit Arne Sturm /Senmotoc Faszientherapeut, bei ihm anmelden, **Freie Waldorfschule, Wangen**

19:00 Uhr, "Jin Shin Jyutsu Strömabend und Meditation", mit Heike Kuschel, **Jin Shin Jyutsu-Bodensee, Stockach-Wahlwies**

## MI 09.01.

17:30 - 19:00 Uhr, "Yogakurs", mit Sabine Pfau, immer mittwochs außer in den Schulferien, Einstieg nach Rücksprache jederzeit möglich, **Klang und Yoga, Wangen**

19:00 Uhr, "Reinkarnationstherapie - Humbug oder seriöse Therapieform?", Vortrag mit Elke Andreas /Naturheilverein Bodensee, bitte anmelden, **Praxis Andreas, Wangen-Deuchelried**

19:30 - 21:00 Uhr, "Yogakurs", mit Sabine Pfau, immer mittwochs außer in den Schulferien, Einstieg nach Rücksprache jederzeit möglich, **Klang und Yoga, Wangen**

20:00 Uhr, "Rundumkreis", das Gesprächsthema entsteht an dem Abend aus dem Kreis, **Kulturraum im Eulenspiegel, Wasserburg**

## DO 10.01.

09:30 - 11:30 Uhr, "Stammtisch von Tauschring Cambodunum", **Kempten, St.Mang**

14:00 Uhr, "Haus Rengold kennenlernen", Hausführung, jeweils am zweiten Donnerstag im Monat, **Haus Rengold, Überlingen**



Gerhard Reisch Stiftung  
ein Lebenswerk 1899-1975

**Nur wer Grosses wagt ...**

Archiv originaler Bilder und Schriften  
Verlag - Repro - Medien - Bildung - Forum

Tel. + 49 (0)172 718 2849 www.gerhardreisch.com

Erkenntnisweg - *Mappe*

Natur und Elementarwesen - *Mappe*

Hochfeste und Jahreszeiten - *Farbdrucke*

Heilwesen und Widersacher - *Weiterbildung*

Tod und Inkarnation - *Buch und Gedenk-Kalender*

Menschwerden und Gemeinschaftsbildung - *Farbdrucke*



16:00 - 17:30 Uhr, "Yin- und Hatha Yoga für SIE und IHN zur Steigerung der Resilienzfähigkeit" mit Viktoria Vlcek, immer donnerstags,  
**Atelier Überlingen**

20:00 - 22:00 Uhr, "Singen - Singen - Singen", mit Sieghard Bay, **FreiRaum, Kißlegg**

20:00 Uhr, "Indoor Picnic", mit Soul-Pop-Funk-Rock-Songs zum tanzen,  
**Café im Eulenspiegel, Wasserburg**

20:00 Uhr, "Muskelentspannung nach Jacobson", Start des 8-Wochenkurses, mit und bei Elke Baltes, bitte frühzeitig anmelden,  
**Unteruhldingen-Mühlhofen**

#### FR 11.01.

bis SO 13.01., "TaKeTiNa - Im Rhythmus sich selbst begegnen", mit Martin Höhn + Siegfried Renz, **Bildungshaus St. Arbogast, A-Götzis**

bis SO 13.01., "Natur als Spiegel der Seele", vierteilige Kursreihe, mit Susanne Totscher, Teil 2: Winter, **Bildungshaus St. Arbogast, A-Götzis**

bis SO 13.01., "Krankheit als Weg der Heilung - ARKANUM, Lebensschule, begleitete Wege in die Freiheit", 5.offenes Wochenendseminar mit Hans-Peter Regele, bei ihm anmelden,  
**Seminarhaus FreiRaum, Kisslegg**

bis SA 12.01., "Ein Wochenende mit Professor Dr. Peter Selg" in **Wangen /Allgäu**, Teil 1:

18:00 Uhr, "Rudolf Steiners Beziehung zur Christengemeinschaft und um

20:00 Uhr, "Das Credo der Menschenweihehandlung", **Pauluskirche, Wangen**

bis SO 13.01., "Start der neuen Ausbildungsgruppe zum energetischen Familiensteller", mit Ralph Santosh Nussholz, bitte anmelden,  
**Seminarhaus des Heinrich Schwab Instituts, Eglolfstal**

ab 17:00 Uhr, "Präsentation der Jahresarbeiten der 12. Klasse", **Turnhalle der Freien Waldorfschule Wahlwies, Stockach-Wahlwies**

#### SA 12.01.

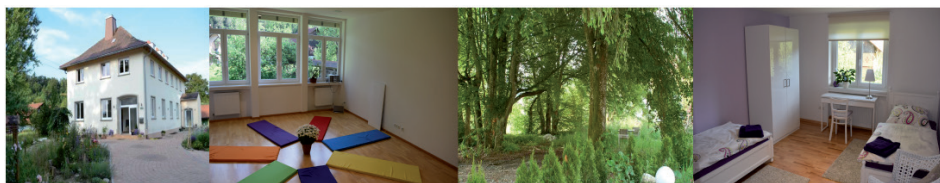
"Ein Wochenende mit Professor Dr. Peter Selg" in **Wangen /Allgäu**, Teil 2:

09:00 Uhr, "Die Menschenweihehandlung", **Pauluskirche, Wangen** und um

10:30 Uhr, "Das geistige Licht der Waldorfschule", pädagogischer Vortrag,  
**Stadthalle, Wangen**

**FreiRaum**  
S e m i n a r h a u s

Sieghard Bay  
Ansprechpartnerin Katrin Bay  
Langenacker - Kißlegg  
[www.freiraum-seminarhaus.de](http://www.freiraum-seminarhaus.de)



## SEMINARHAUS DES HEINRICH SCHWAB INSTITUTS

2 Seminarräume  
Übernachtungsmöglichkeiten  
Vegetarische Verpflegung  
Liebevolle Betreuung

Eglolfstal 44, 88260 Argenbühl Tel. 07566 9075276  
[www.heinrich-schwab-institut.de](http://www.heinrich-schwab-institut.de) [info@heinrich-schwab-institut.de](mailto:info@heinrich-schwab-institut.de)



10:00 - ca. 17:00 Uhr, "Türen ins Zukünftige öffnen mit biografischen Aufstellungen", mit Rani Legde-Naskar, bitte anmelden,  
**Entwicklungslabor für Zukünftiges, Salem**

ab 11:00 Uhr, "Präsentation der Jahresarbeiten der 12.Klasse", mit Abendprogramm,  
**Turnhalle der Freien Waldorfschule Wahlwies, Stockach-Wahlwies**

12:00 - 18:00 Uhr, "Lust auf ayurvedische Küche", Ayurveda Einsteiger Tag mit Astrid Siegert, bitte anmelden, **Yogastudio Yogaonline Bodensee, Friedrichshafen/Solarstadt**

16:30 - 18:00 Uhr, "Access Bars®. Info-Nachmittag", mit Petra Sommerfeld, bei ihr anmelden,  
**Seminarraum, Wangen**

#### SO 13.01.

ab 11:00 Uhr, "Präsentation der Jahresarbeiten der 12. Klasse", **Turnhalle der Freien Waldorfschule Wahlwies, Stockach-Wahlwies**

09:30 - 17:30 Uhr, "Access Bars®-Kurs", mit Petra Sommerfeld, bei ihr anmelden,  
**Seminarraum, Wangen**

16:30 Uhr, "Der Fünfte König", Theaterstück von Manfred Grüttgen, gespielt von Claudius Hoffmann, **Emmauskirche, Die Christengemeinschaft, Überlingen**

#### MO 14.01.

bis SO 16.02., "EDE - Ecovillage Design Education", **Seminarzentrum Schloss Glarisegg, CH-Steckborn**

ab 10:30 Uhr, "Infotermin zur Yoga Ausbildung", bitte anmelden, **Yoga Vidya Oberreute**

19:00 - 21:00 Uhr, "Frauen-Sing-Ritualkreis", mit und bei Sabrina Gundert, bei ihr anmelden,  
**Engen**

20:00 Uhr, "Waldorfpädagogik an der Waldorfschule Wangen", Einführungsabend 1,  
**Freie Waldorfschule, Wangen**

#### DI 15.01.

19:00 Uhr, "Tauschtreffen vom Tauschring Isny-Leutkirch", **Paul Fagius Haus, Isny**

19:00 - 22:00 Uhr, "Systemische Astrologie", 6.Aband der Ausbildung mit Hans-Peter Regele von ARKANUM / Praxis für Therapie in Lindau, bei ihm anmelden,  
**Eulenspiegels Kulturraum, Wasserburg**

19:30 Uhr, "Ich denke, also bin ich - Stimmt das?", Vortrag mit Jürgen Spreemann,  
**Atelier Blaues Haus, Überlingen**

19:30 Uhr, "Classica for Dummies", Musikcomedy mit der Microband, **Ekkharthof, CH-Lengwil**

18:00 & 20:00 Uhr, "Unser Saatgut - wir ernten, was wir säen", **Kino bei Rapunzel, Legau**

#### MI 16.01.

19:00 - 20:30 Uhr, "Entspannungsabend", mit Lisa Weidhofer, bitte anmelden, **Seminarhaus des Heinrich Schwab Instituts, Eglolfstal**

19:00 Uhr, "Jin Shin Jyutsu Strömabend", auch ohne Vorkenntnisse, mit und bei Heidrun von Werthern, **JSJ-Heilkunst, Stockach-Wahlwies**

20:00 Uhr, "Menschliche oder technische Zukunft? - In welcher Welt wollen wir leben?", Vortrag und Gespräch mit Anton Kimpfner / Schriftsteller, Freiburg,  
**Kulturraum im Eulenspiegel, Wasserburg**

#### DO 17.01.

Ganztags, "1.Tag der Konstruktivität", nur mit Anmeldung, mit verschiedenen Referenten,  
**Wirtschaftsmuseum, Ravensburg**



## Heilpraktiker- Akademie Lindau

### Infoabend 4. Februar

### Start der Ausbildung

### Heilpraktiker 19. Februar

### Heilpraktiker Psychotherapie 13. März

### Kinesiologie 9. März

Uferweg 11 · 88131 Lindau Insel  
T 08382 9113550

[www.heilpraktikerschule-lindau.de](http://www.heilpraktikerschule-lindau.de)

19:00 - 21:30 Uhr, "Meditatives Malen", Teil 1 mit Ulrike Liebsch, bitte anmelden, Teil 2: 31.01., Teil 3: 14.02., Teil 4: 28.02., **Atelier Kunst-T-Raum, Wangen**

20:00 - 21:30 Uhr, "Meditative Klangreise", ein Klangkonzert für Körper und Seele, mit Sabine Pfau, bei ihr anmelden, **Klang und Yoga, Wangen**

#### SA 19.01.

09:30 - 12:00 Uhr, "Du bist schön!", Schnupper-Workshop für Frauen in Bodyblessing (Körper Verehrung) - versus Bodyshaming - in die ureigene weibliche Kraft, Schönheit und Fülle kommen, mit und bei Sandra Dinger, **Praxis Wildrose, CH-St. Gallen/ Wittenbach**

10:00 - 17:00 Uhr, "Sanft gelandet im neuen Jahr", Tagesseminar mit und bei Sabrina Gundert, bitte anmelden, **Engen**

20:00 Uhr, "Trio Anderscht", Konzert mit Hackbrett und Kontrabass, Klassik, Jazz, Improvisationen, Musik aus dem Appenzellerland, eigene Kompositionen und Arrangements, **Rudolf Steiner Schule, CH-Kreuzlingen**

#### SO 20.01.

16:00 - ca. 18:00 Uhr, "Taketina-Nachmittag" mit Martin Höhn, bei ihm anmelden, **Freie Waldorfschule, Wangen**

### Elektrosmog? Schadstoffe? Schimmel?

Hausuntersuchungen - Umweltmesstechnik  
**Baubiologie Clericus (IBN), Owingen**  
Tel: 07551 - 91 60 70  
[www.wohngesundleben.de](http://www.wohngesundleben.de)

17:00 Uhr, "Neue Musik zu der Ausstellung Salvador Dali", mit dem Ensemble Neue Musik Überlingen, Ltg: Bernhard Rißmann, **Städt. Galerie Fauler Pelz, Überlingen**

#### MO 21.01.

20:00 Uhr, "Waldorfpädagogik an der Waldorfschule Wangen", Einführungsabend 2, **Freie Waldorfschule, Wangen**

#### DI 22.01.

19:00 Uhr, "Altbewährte Hausmittel neu entdeckt", Vortrag mit Christine Kutz /Apothekerin, bitte anmelden, **Rochus Apotheke, Wangen**

#### MI 23.01.

19:00 - 22:00 Uhr, "Rotes Zelt", Frauenkreis mit und bei Sabrina Gundert, bei ihr anmelden, **Engen**

19:00 - 21:00 Uhr, "Empathie - schwierigen Gefühlen achtsam begegnen", mit Dagmar Albrecht, **Oktave Goldbach, Überlingen**

#### FR 25.01.

bis SO 27.01., "Im roten Zelt - Weiblichkeit leben", Seminar für Frauen mit und bei Sabrina Gundert, bei ihr anmelden, **Engen**

bis SO 27.01., "Projektarbeiten", Bühnenprojekte, **Freie Waldorfschule, Überlingen**

bis SO 27.01., "Wie Gemeinschaft entsteht - Gemeinschaftsbildungsprozess nach Scott Peck", mit Gabriele Kaupp und Waltraud Zembrod, bitte anmelden, **Salemer Haus, Salem**

16:00 - 18:00 Uhr, "Betriebsführung", Energie-Produkte erleben und Einblicke in die Forschungsarbeiten bekommen, **Firma ReLux, Frickingen**

## Heute ist Redaktionsschluß

für die WELLE 88  
der Frühjahrsausgabe

Veranstaltungstermine für  
**MÄRZ, APRIL und MAI 2019**  
sollten uns spätestens  
am 25. Januar 2019 vorliegen,  
damit alle die Welle schon Ende  
Februar in Händen halten können.  
[info@die-welle.org](mailto:info@die-welle.org)

18:00 - 20:00 Uhr, "Wie anders bist du bereit zu sein?", nach dem Buch "Pragmatische Psychologie - Dein Anderssein - Deine Verrücktheit - Dein Glück!" von Susanna Mittermaier, Kurs mit Petra Sommerfeld, **Seminarraum, Wangen**

19:00 Uhr, "Treffen vom Tauschring Lindau-Wangen", Gäste und Interessierte sind immer willkommen, **Treffpunkt Zech, Lindau**

19:30 Uhr, "Der Fünfte König", Theaterstück von Manfred Grüttgen, gespielt von Claudius Hoffmann, **Freie Waldorfschule Wahlwies, Stockach-Wahlwies**

20:00 Uhr, "La môme Edith Piaf", eine Hommage an die große französische Sängerin, **Noltes Culture Lounge, Überlingen**

20:00 Uhr, "Bienengespräch", Mellifera Regionalgruppe 'Eulenspiegel Bodensee' lädt Praktiker und Interessierte ein zu Gesprächen über natürliche Bienenhaltung, **Kulturraum im Eulenspiegel, Wasserburg**

20:00 Uhr, "Kaspar Hauser - ein fortwährendes Mysterium", Vortrag mit Richard Steel vom Karl König Institut in Berlin, **Die Christengemeinschaft, Wangen**

#### SA 26.01.

und SO 27.01., auch am 16.+17.03., 01.+02.06., und 28.+29.09., "Astrologieschule Teil 1", Seminar in 3 Stufen mit Gerhard Himmel, bei ihm anmelden, **Yogaschule Rothbauer, Meßkirch**

12:00 - 18:00 Uhr, "SamenFest", Festival rund um den Biogarten, **Rapunzel Naturkost, Legau**

09:00 - 18:00 Uhr, "Bewegungen der Liebe - Seminar mit Familienstellen", mit Hans-Peter Regele von ARKANUM /Praxis für Therapie in Lindau, bei ihm anmelden, **Eulenspiegels Kulturraum, Wasserburg**

10:15 Uhr, "Die Kaspar Hauser Rezeption - Die heutige Aufgabe", Vortrag mit Aussprache, mit Richard Steel vom Karl König Institut in Berlin, **Die Christengemeinschaft, Wangen**

ab 14:30 Uhr, "Infotermin zur Yoga Ausbildung", bitte anmelden, **Yoga Vidya Oberreute**

ab 19:00 Uhr, "Winternachtball", mit dem Lindauer Tanzorchester 'Air Bubble', Bewirtung: Allgäuer Landfrauen, im festlich geschmückten **Festsaal, Freie Waldorfschule, Wangen**

#### SO 27.01.

09:00 - 18:00 Uhr, "Bewegungen der Liebe - Seminar mit Familienstellen", mit Hans-Peter Regele von ARKANUM /Praxis für Therapie in Lindau, bei ihm anmelden, **Eulenspiegels Kulturraum, Wasserburg**

09:30 - 16:00 Uhr, "Hochsensibel? Ja bitte! Die außergewöhnliche Gabe für sich selbst nutzen", Workshop mit Petra Sommerfeld, bitte anmelden, **Seminarraum, Wangen**

16:00 Uhr, "Flöte & Harfe", Konzert mit Franziska Kerler und Stephanie Meitzer, **Saal, Dorfgemeinschaft Lehenhof, Deggenhausertal**

#### DI 29.01.

19:00 - 22:00 Uhr, "Systemische Astrologie", 7. Abend der Ausbildung mit Hans-Peter Regele von ARKANUM / Praxis für Therapie in Lindau, bei ihm anmelden, **Eulenspiegels Kulturraum, Wasserburg**

19:30 Uhr, "Architekturlandschaften - Ausstellungseröffnung", der Architekt Matthias Beck präsentiert bei 23.02.2018 Zeichnungen rund um Wangen, **Stadtbücherei im Kornhaus, Wangen**



## LEBE DEINE EINZIGARTIGKEIT

Willkommen im Nährenden FrauenKreis

In diesem Raum leben wir gegenseitige **Unterstützung und Wertschätzung**. Du kannst verborgene Potentiale in Dir zum Blühen bringen und im Zusammensein mit anderen Frauen Neues wagen und Deine **Weiblichkeit** erforschen!

Start: Freitag, 1. Februar 2019

Wo: In Arbon / Schweiz

[www.myriamuscher.com](http://www.myriamuscher.com)

### MI 30.01.

19:30 Uhr, "Die Kunst des Fragens: Lebensfragen als Wegweiser und als Medizin", Abend-Workshop mit Rani Legde-Naskar für Neulinge und Wiederholer, **auszeitHaus bodensee, Markdorf**

19:30 - 21:30 Uhr, "ARKANUM - Lebensschule, begleitete Wege in die Freiheit", 1. Infoabend über die neue Lebensschule ab Mai 2019 mit Hans-Peter Regele von ARKANUM /Praxis für Therapie in Lindau, **Eulenspiegels Kulturraum, Wasserburg**

### DO 31.01.

20:00 Uhr, "Meine traurige Heimat war das schönste Land der Welt. Jetzt ist es das Unglücklichste", Geflüchtete erzählen von Syrien, aufgezeichnet von Katrin Seglitz, Buchvorstellung, **Stadtbücherei im Kornhaus, Wangen**

## Ayurveda Einsteiger Tag !

"LUST auf ayurvedische Küche"

Samstag 12. Januar

Samstag 23. Februar

Samstag 06. April

Kochkurs mit Yogalehrerin & Ayurvedaköchin Astrid Siebert

**Uhrzeit:** 12 - 18/19 Uhr

**Wo:** Friedrichshafen/Solarstadt

**Kosten:** 135,- € inkl. MwSt., Bio-Lebensmittel u. gemeinsames Essen

**Anmeldung unter:**

[www.yogaonline-bodensee.com](http://www.yogaonline-bodensee.com)  
oder 0176 - 328 815 08

# FEBRUAR 2019

### FR 01.02.

bis SO 03.02., "Projektarbeiten - öffentliche Vorträge", **Freie Waldorfschule, Wangen**

17:00 Uhr, "Öffentliche Führung im Goldbachstollen", immer am ersten Freitag im Monat, **Treffpunkt: Tor am Eingang, Überlingen**

19:00 Uhr, "Regionaltreffen von Tauschen am See", **Anlaufstelle für Bürgerengagement, Tettngang**

20:00 - 22:00 Uhr, "Lebe Deine Einzigartigkeit - Nährender FrauenKreis", mit Myriam Uscher, bei ihr anmelden, **in einer Jurte, CH-Arbon**

### SA 02.02.

**MARIA LICHTMESS**

13:30 - 18:00 Uhr, "Tanz und Ritual zu Lichtmess", Tanznachmittag für Frauen mit Ingemar Rohn, bitte anmelden, **Überlingen**

19:30 Uhr, "Wesensgemäße Bienenhaltung - Erfahrungen eines Demeter-Imkers", Vortrag mit dem Demeter-Imker Dr. Ulrich Miller, im Rahmen der KulturWerkstattSchule, **Gelber Saal, Freie Waldorfschule Wahlwies, Stockach-Wahlwies**

### MO 04.02.

19:00 - 22:00 Uhr, "Lichtmess/Imbolc", Jahreskreisfest für Frauen und Männer, mit und bei Sabrina Gundert, bitte anmelden, **Engen**

19:30 Uhr, "Klangschalenmeditation", mit und bei Elke Balthes, bitte anmelden, **Uhdingen-Mühlhofen**

20:00 Uhr, "Waldorfpädagogik an der Waldorfschule Wangen", Einführungsabend Teil 3, **Freie Waldorfschule, Wangen**

19:00 - 20:30 Uhr, "Infoabend", **Heilpraktiker-Akademie, Lindau**

### DI 05.02.

16:00 - 17:30 Uhr, "Yin- und Hatha Yoga für SIE und IHN zur Steigerung der Resilienzfähigkeit", u. 18:00 Uhr, "Meditation und stilles Gehen", immer dienstags, mit Viktoria Vlcek, **Atelier Überlingen**

19:30 Uhr, "Yves Theiler Trio", Jazz-Konzert, **Ekkharthof, CH-Lengwil**

### MI 06.02.

bis SO 10.02., "Wer bin ich - wirklich", Selbstfindungs-Workshop mit Ralph Santosh Nussholz, bitte anmelden, **Seminarhaus des Heinrich Schwab Instituts, Eglofstal**

10:00 - 12:00 Uhr, "Information über Tauschring Lindau-Wangen und Beratung über bürgerschaftliches Engagement", immer mittwochs, **Bürgeramt, Wangen**

20:00 Uhr, "Stammtisch von Tauschring Cam-bodunum", **Kempten-St.Mang**

### DO 07.02.

16:00 - 17:30 Uhr, "Yin- und Hatha Yoga für SIE und IHN zur Steigerung der Resilienzfähigkeit", immer donnerstags, mit Viktoria Vlcek, **Atelier Überlingen**

### FR 08.02.

09:00 - 17:00 Uhr, "Kraftvoll und entschieden", Männerseminar mit Scherwartarbeit und Leibübungen, mit Günther Maag-Röckemann, **Bildungshaus St. Arbogast, A-Götzis**

18:30 - 20:30 Uhr, "108 Sonnengrüße", lange Yogastunde, **Yoga Vidya, Oberreute**

### SA 09.02.

bis SO10.02., "Yogini-Retreat", mit Martina Sedlmair, bitte anmelden, **Seminarhaus des Heinrich Schwab Instituts, Eglofstal**

09:00 - 17:00 Uhr, "Artusströmung - Im Wandel von drei Jahrtausenden", Fortbildung mit Immanuel Klotz /Krankenpfleger, Theologie-Studium am Priesterseminar C.G., Goethe- und Fercher von Steinwand Forschung, **Camphill Ausbildungen, Frickingen**

09:30 - 17:30 Uhr, "Access Bars®-Kurs", mit Petra Sommerfeld, bei ihr anmelden, **Seminarraum, Wangen**

10:00 - 14:00 Uhr, "Zum Ziel, aber anders...", Bildungsmesse der Rudolf-Steiner-Schule, **DREISPITZ Sport- und Kulturzentrum, CH-Kreuzlingen**

10:00 - 13:00 Uhr, "Bodywork Yoga mit Partner-Asanas", bitte anmelden, **Yoga Vidya, Oberreute**

### SO 10.02.

10:00 - ca. 17:00 Uhr, "Türen ins Zukünftige öffnen mit biografischen Aufstellungen", mit Rani Legde-Naskar, bitte anmelden, **Entwicklungslabor für Zukünftiges, Salem**

19:00 Uhr, "Duo Legretto", Konzert mit Querflöte und Gitarre, **Haus Rengold, Überlingen**

### MO 11.02.

bis DI 12.02., "DOKI - Dialog Orientierte Körperliche Intervention"®, Fortbildung mit Carlos Escalera, /Lizentiat in Philosophie und Erziehungswissenschaften, Aggressions- und Krisenmanager, **Camphill Ausbildungen gGmbH, Frickingen**

20:00 Uhr, "Waldorfpädagogik an der Waldorfschule Wangen", Einführungsabend Teil 4, **Freie Waldorfschule, Wangen**

# Sargladen.com

- Schreine
- Urnen
- Kreuze
- Tiersärge





**Unikate**  
Kunst aus dem Allgäu



**SARGLADEN**  
Alfred Opiolka

Alfred Opiolka | Schneeberggasse 3 | 88131 Lindau/Bodensee | 0174 3306232 | [info@sargladen.com](mailto:info@sargladen.com)

**DI 12.02.**

19:00 - 22:00 Uhr, "Systemische Astrologie", 8. Abend der Ausbildung mit Hans-Peter Regele von ARKANUM / Praxis für Therapie in Lindau, bei ihm anmelden,

**Eulenspiegels Kulturraum, Wasserburg**

19:00 - 20:00 Uhr, "Bewegte Faszien im Alltag", Gehen, Sitzen, Bücken dem Bauplan ihres Körpers entsprechend unter Anleitung von und mit Arne Sturm / Senmotoc Faszientherapeut, bei ihm anmelden,

**Freie Waldorfschule, Wangen**

19:00 Uhr, "Jin Shin Jyutsu Strömabend und Meditation", mit Heike Kuschel, **Jin Shin Jyutsu-Bodensee, Stockach-Wahlwies**

**MI 13.02.**

17:30 - 19:00 Uhr, "Yogakurs", mit Sabine Pfau, immer mittwochs außer in den Schulferien, Einstieg nach Rücksprache jederzeit möglich, **Klang und Yoga, Wangen**

19:30 - 21:00 Uhr, "Yogakurs", mit Sabine Pfau, immer mittwochs außer in den Schulferien, Einstieg nach Rücksprache jederzeit möglich, **Klang und Yoga, Wangen**

19:00 Uhr, "Jin Shin Jyutsu Strömabend", auch ohne Vorkenntnisse, mit und bei Heidrun von Werthern,

**JSJ-Heilkunst, Stockach-Wahlwies**

20:00 Uhr, "Rundumkreis", das Gesprächsthema entsteht an dem Abend aus dem Kreis, **Kulturraum im Eulenspiegel, Wasserburg**

**DO 14.02.**

09:30 - 11:30 Uhr, "Stammtisch von Tauschring Cambodunum", **Kempten, St.Mang**

14:00 Uhr, "Haus Rengold kennenlernen", Hausführung, jeweils am zweiten Donnerstag im Monat, **Haus Rengold, Überlingen**

20:00 - 22:00 Uhr, "Singen - Singen - Singen", mit Sieghard Bay, **FreiRaum, Kißlegg**

20:00 Uhr, "Ein Bündel Wegerich", Lesung zum 150. Geburtstag von Else Lasker-Schüler, Christa Ludwig liest aus ihrem Roman über Else Lasker-Schüler in Jerusalem, wo ihre letzten Liebesgedichte entstanden sind, **Stadtbücherei im Kornhaus, Wangen**

**FR 15.02.**

bis SO 17.02., "SternenWesen - ErdenFrau", Jahresgruppe für Frauen in 3 Modulen, mit Heike Wegener, **Seminarzentrum Schloss Glarisegg, CH-Steckborn**

bis SO 17.02., "Morphic Energy", Seminar mit Ralph Santosh Nusscholz, bitte anmelden, **Seminarhaus des Heinrich Schwab Instituts, Eglofstal**

20:00 Uhr, "Solosingen der 11. Klasse", **Festsaal, Freie Waldorfschule, Wangen**

**SA 16.02.**

bis SO 17.02., "Notfallhilfe - Kernwissen Medizin Basis", **Heilpraktiker-Akademie, Lindau**

## Klangreise Klangmassage Meridianmassage



intuitiv und individuell erspürt

entspannt, harmonisiert, löst Blockaden

Johannes Beer jwbeer@web.de



[www.johannesklingt.de](http://www.johannesklingt.de) 07551-945604

16:00 - 18:00 Uhr, "Wie anders bist du bereit zu sein?", nach dem Buch "Pragmatische Psychologie - Dein Anderssein - Deine Verrücktheit - Dein Glück!" von Susanna Mittermaier, Kurs mit Petra Sommerfeld, **Seminarraum, Wangen**

**SO 17.02.**

10:00 - 13:00 Uhr, "Yin Yoga im Rhythmus der Jahreszeiten", bitte anmelden, **Yoga Vidya Oberreute**

16:00 Uhr, "Wir entdecken Beethoven!", Konzert für Kinder und Familien, mit Aaron Löchle am Klavier, **Bürgerhaus Adler-Post, Stockach**

**DI 19.02.**

ab 10:00 Uhr, "Start der Ausbildung zum Heilpraktiker", **Heilpraktiker-Akademie, Lindau**

19:00 Uhr, "Tauschtreffen vom Tauschring Isny-Leutkirch", **Paul Fagius Haus, Isny**

19:30 Uhr, "Mystik und Meditation am Beispiel der Mechtild von Magdeburg", Vortrag mit Jürgen Spreemann, **Atelier Blaues Haus, Überlingen**

**MI 20.02.**

10:30 Uhr, "Pinguine auf (R)Eisen", MitMach-Musik für Kinder, mit einem Trio aus Flöte, Bariton und Klavier, **Heilpädagogisches Zentrum, CH-Kreuzlingen**

19:00 - 21:00 Uhr, "Empathie - schwierigen Gefühlen achtsam begegnen", mit Dagmar Albrecht, **Oktave Goldbach, Überlingen**

20:00 Uhr, "Kulturelle Vielfalt, friedliches Zusammenleben und soziale Gerechtigkeit", Rundgespräch mit Dieter Koschek und Anton Kimpfler, **Kulturraum im Eulenspiegel, Wasserburg**

**DO 21.02.**

19:00 - 22:00 Uhr, "Die alte Weise - Weisheit, Intuition und Kraft", Abendseminar für Frauen mit und bei Sabrina Gundert, **Engen**

19:00 Uhr, "Life Kinetik - Gehirntraining durch Bewegung", Vortrag mit Silke Späth-Esch / Life Kinetik Trainerin, bitte anmelden, **Rochus Apotheke, Wangen im Allgäu**

20:00 - 21:30 Uhr, "Meditative Klangreise", spannende Klänge für Körper und Geist, mit Sabine Pfau, bitte anmelden, **Klang und Yopga, Wangen**

20:00 Uhr, "MAQ - Martin Auer Quintett", Konzert, **Café im Eulenspiegel, Wasserburg**

**FR 22.02.**

bis SO 24.02., "Sucht, die verleugnete Krankheit - ARKANUM, Lebensschule, begleitete Wege in die Freiheit", 6.offenes Wochenendseminar mit Hans-Peter Regele, bitte bei ihm anmelden, **Seminarhaus Sonnentor, Eintürnen bei Bad Wurzach**

bis SO 24.02., "Frühlingsaufbruch - Romatänze aus Südosteuropa", mit Piry Krakow, **Bildungshaus St. Arbogast, A-Götz**

bis SA 23.02., "Die schöpferische Realität der Aufmerksamkeit - Menschenbetrachtung und Menschenkunde", Seminar mit Alexander Schaumann /Bochum, Extrakurse für anthroposophisch orientierte FörderlehrerInnen, dort anmelden, **Kaspar Hauser Schule, Überlingen-Rengoldshausen**

09:00 - 18:00 Uhr, "Kommunikation und Umgang mit Menschen mit Demenz", Fachtag mit Beate Scherer, Lehrerin für Pflegeberufe und Master in Validation, **Camphill Ausbildungen gGmbH, Frickingen**

16:00 - 18:00 Uhr, "Betriebsführung", Energie-Produkte erleben und Einblicke in die Forschungsarbeiten bekommen, **Firma ReLux, Frickingen**

20:00 Uhr, "Klassenspiel der 12a", **Freie Waldorfschule, Überlingen**





## Sabine Haum



Mediale Beratung  
Astrologie und Tarot

+49 8387 / 390343  
+49 173 / 6520441

Bregenzer Str. 130  
88171 Weiler-Simmerberg

[www.reichtum-für-die-seele.de](http://www.reichtum-für-die-seele.de)

### SA 23.02.

09:00 - 17:00 Uhr, "Das neue energetische Familienstellen", mit Ralph Santosh Nussholz, bitte anmelden,  
**Seminarhaus des Heinrich Schwab Instituts, Eglöfstal**

12:00 - 18:00 Uhr, "Lust auf ayurvedische Küche", Ayurveda Einsteiger Tag mit Astrid Siegert, bitte anmelden,  
**Yogastudio Yogaonline Bodensee, Friedrichshafen/Solarstadt**

16:00 Uhr, "Leier-Duo", Konzert mit Thomas Leins und Wolfgang Friebe,  
**Haus Rengold, Überlingen**

20:00 Uhr, "Klassenspiel der 12a",  
**Freie Waldorfschule, Überlingen**

### SO 24.02.

11:30 Uhr, "Leierkonzert", mit Thomas Leins / Schwäbisch Gmünd,  
**Die Christengemeinschaft, Wangen**

16:00 - ca. 18:00 Uhr, "Taketina-Nachmittag", mit Martin Höhn, bei ihm anmelden,  
**Freie Waldorfschule, Wangen**

19:30 Uhr, "Berta, das Ei ist hart!", Humorvolles von Lorient mit dem LiteraTheater aus Badenweiler, **Saal, Dorfgemeinschaft Lehenhof, Deggenhausertal**

### DI 26.02.

bis SO 03.03., "Pulsing - Trainingsgruppe für Frauen", mit Premi Shanti Obermaier und Nirava Seong Ae Kim,  
**Seminarzentrum Schloss Glarisegg, CH-Steckborn**

19:00 - 22:00 Uhr, "Systemische Astrologie", 9.Aband der Ausbildung mit Hans-Peter Regele von ARKANUM / Praxis für Therapie in Lindau, bei ihm anmelden,  
**Eulenspiegels Kulturraum, Wasserburg**

19:00 - 21:00 Uhr, "Frauen-Sing-Ritualkreis", mit und bei Sabrina Gundert, bei ihr anmelden,  
**Engen**

19:30 Uhr, "Die Kunst des Fragens: Lebensfragen als Wegweiser und als Medizin", Abend-Workshop mit Rani Legde-Naskar für Neulinge und Wiederholer,  
**auszeithaus bodensee, Markdorf**

### MI 27.02.

19:30 - 21:30 Uhr, "ARKANUM - Lebensschule, begleitete Wege in die Freiheit", 2.Infoabend über die neue Lebensschule ab Mai 2019 mit Hans-Peter Regele von ARKANUM /Praxis für Therapie in Lindau,  
**Eulenspiegels Kulturraum, Wasserburg**

### DO 28.02.

19:00 Uhr, "Treffen vom Tauschring Lindau-Wangen", Gäste und Interessierte sind immer willkommen,  
**Café im Weberzunftthaus, Wangen**

## Der VERANSTALTUNGS- KALENDER in der WELLE

Bei der Vielzahl von Veranstaltungsterminen, die uns bei jeder Ausgabe erreichen, müssen wir leider manchen Termin unberücksichtigt lassen.

Da die WELLE kostenlos verteilt wird und ausschließlich über den Erlös aus den Anzeigen finanziert wird, ist dies nicht anders möglich und wir bitten daher um Ihr Verständnis.

Vielleicht schauen Sie mit diesem Wissen noch wohlwollender auf alle Anzeigen, die Sie in jeder Ausgabe der WELLE finden.

Die, die wir aufnehmen in unseren kostenlosen Veranstaltungskalender, möchten wir auch alle gleich behandeln.

Das heißt, Adressen, genaue Ortsbezeichnungen, Telefonnummern, Mail- oder Internetsadressen usw. finden Sie daher immer auf den Extra-Seiten im Anschluß an den Veranstaltungskalender.

Sich wöchentlich wiederholende Termine werden am Anfang von jedem Monat aufgeführt.

Sie können alles auch online lesen, die gesamte aktuelle Ausgabe und im Archiv können Sie auch in vergangenen Ausgaben blättern:

[www.die-welle.org](http://www.die-welle.org)

## AUSSTELLUNGEN:

**Zeppelin Museum, D-Friedrichshafen**  
[www.zeppelin-museum.de](http://www.zeppelin-museum.de)  
**"Aufbruch ins Unbekannte - Die Klassische Moderne am Bodensee"**  
11.Dezember 2018 bis 12.Mai 2019

**"Ideal Standard - Spekulationen über ein Bauhaus heute"**  
noch bis 28.April 2019

**Kunsthau, A-Bregenz**  
[www.kunsthau-bregenz.at](http://www.kunsthau-bregenz.at)  
**"Tacita Dean"**

Geschichte, Erinnerung und Einfühlung, Naturgewalten und Menschenspuren  
noch bis 06.01.2019

### "Ed Atkins"

Videos, Texte und Zeichnungen  
19.Januar bis 31.März 2019

**Kunstmuseum, D-Singen**  
[www.kunstmuseum-singen.de](http://www.kunstmuseum-singen.de)  
**"OBJEKT. PLASTIK. SKULPTUR. 1"**  
Bildhauerei am Bodensee.  
noch bis 06.Januar 2019

**Städtische Galerie, D-Überlingen**  
[www.staedtischegalerie.de](http://www.staedtischegalerie.de)  
**"Salvador Dalí. Leben und Werk"**  
noch bis 06.Januar 2019

**Vorarlberg Museum, A-Bregenz**  
[www.vorarlbergmuseum.at](http://www.vorarlbergmuseum.at)  
**"WACKER IM KRIEG. ERFahrungen eines Künstlers"**  
Bilder von Rudolf Wacker (1893-1939)  
noch bis 17.Februar 2019

**Kunstmuseum, D-Ravensburg**  
[www.kunstmuseum-ravensburg.de](http://www.kunstmuseum-ravensburg.de)  
**"Panta Rhei"**  
Malereien von Martha Jungwirth  
noch bis 24.Februar 2019

**Kunstmuseum, CH-St. Gallen**  
[www.kunstmuseumsg.ch](http://www.kunstmuseumsg.ch)  
**"The Humans"**  
Beiträge zur Migrationsbewegung von Francesco Arena, Ed Atkins Simon Thompson, Rossella Biscoti, Candice Breitz, Daniela Ortiz, Artur Zmijewski  
noch bis 17.März 2019

**Archäologisches Landesmuseum Baden-Württemberg, D-Konstanz**  
[www.konstanz.alm-bw.de](http://www.konstanz.alm-bw.de)  
**"RÖMISCH WAY OF LIFE"**  
Archäologie und Playmobil  
noch bis 24.Februar 2019

**Städtische Galerie, D-Wangen**  
[www.galerie-wangen.de](http://www.galerie-wangen.de)  
**"Life ist beautiful"**  
Private Einblicke in die Sammlung von Dr. Keck  
noch bis 06.Januar 2019

**Jüdisches Museum, A-Hohenems**  
[www.jm-hohenems.at](http://www.jm-hohenems.at)  
**"Sag Schibbolet! Von sichtbaren und unsichtbaren Grenzen"**  
noch bis 17.02.2019

## Adressen der Veranstalter bzw. Adressen der Veranstaltungen:

Ekkehard - Zweig St. Gallen, Rohrschacherstrasse 11, Eingang Museumstrasse, CH-9000 **St. Gallen**

Anthroposophische Gesellschaft in der Schweiz  
Johannes Hus Zweig Kreuzlingen/Konstanz e.V.  
Zweigraum in der Rudolf Steiner Schule,  
CH-8280 **Kreuzlingen**, Bahnhofstr. 15,  
www.johannes-hus-zweig.ch

Lebens- und Arbeitsgemeinschaft Lautenbach e.V.,  
Lautenbach 1, 88634 **Herdwangen-Schönach**, Tel.  
07552- 262149, www.dorf-gemeinschaft-lautenbach.de

Camphill Dorfgemeinschaft Lehenhof, 88693 **Deggen-  
hausertal**, Tel. 0 75 55 - 80 10, www.lehenhof.de

Wohnstätte Haus Rengold, Rengoldshauer Str.22  
88662 **Überlingen**, Tel.0 75 51 - 94 45-0  
www.haus-rengold.de

Humboldt-Haus im Internationalen Kulturzentrum Ach-  
berg (INKA), Panoramastr. 30, 88147 **Achberg-Esse-  
ratsweiler**, Tel. 08380 - 335, www.humboldt-haus.de

Eulenspiegels Kulturraum, Dorfstrasse 25,  
88142 **Wasserburg**, Tel. 0 83 82 - 8 90 56,  
www.eulenspiegel-wasserburg.de, www.ichbinbaf.de

Öffentliche Bücherei im Kornhaus, Postplatz 1,  
88239 **Wangen im Allgäu**, Tel. 0 75 22 - 7 41 20,  
www.buecherei-wangen.de

Extra-Kurs für anthroposophisch orientierte Förder-  
lehrerInnen, Tel. 07121- 241 40 84, www.extrakurse.de

Ekkharthof - Leben aus anderer Perspektive, Rütelistr. 2  
CH-8574 **Lengwil**, Tel. 0041(0)71-686 65 55  
www.ekkharthof.ch

Goldbachstollen, Treffpunkt für Führungen: Vor dem  
Tor des heutigen Eingangs, Obere Bahnhofstr. 28,  
88662 **Überlingen**, www.stollen-ueberlingen.de

artemisia, Hopfen 29, 88167 **Stiefenhofen im Allgäu**  
Tel: 08386 - 96 05 10, www.artemisia.de

**Wangener** Winternachtsball, Tel. 07522 - 90 99 72  
www.wangener-winternachtsball.de

Sabrina Gundert, Hauptstraße 41, 78234 **Engen**,  
Tel. 07733 - 99 65 280, www.sabrinagundert.de

Irina Futterer, Tel. 017616266166, www.irinafutterer.de  
- Impulshaus Engen, Goethestraße 1, 78234 **Engen**,  
Tel. 07733 - 999 86-0, www.impulshaus-engen.de

Seminar Dr. Swassjan, Wasenstrasse 29 oder Rudolf  
Steiner Schule, **CH-Kreuzlingen**, Anmeldung bei Ma-  
ria Döring, Tel. 0041-62-8228349

Dr. rer. nat. Arne Sturm, Gegenbaurstraße 24, 88239  
**Wangen im Allgäu**, Te. 0176 / 31 35 03 07,  
www.senmotiv-bodensee.de

Rapunzel Naturkost GmbH, Rapunzelstrasse 1, 87764  
**Legau**, Tel. 08330 - 52 90, www.rapunzel.de  
Betriebsbesichtigungen: 08330 - 529 11 51  
Kino + Vorträge: 08330 -529 11 56

Dr. Karen Swassjan Seminare: Forum für Geistes-  
wissenschaft, Chesslerstrasse 2, CH-8477 **Ober-  
stammheim**, www.geisteswissenschaft.net  
- Kulturraum Stuppishaus, Masanserstraße 45,  
CH 7000 **Chur**, Anmeldung: Frau Anica Stüssi-Köhler,  
Tel. 0041-79-6298327  
- Seminarraum, Wasenstrasse 29, CH 8280 **Kreuzlin-  
gen**, Frau Maria Döring, Telefon: 0041-62-8228349

Silvia Figel, Sentenharter Straße 5, 78355 **Hohenfels**,  
Tel. 07557 - 7729726, www.erlebnis-tanz.de  
- Ev. Gemeindehaus, Linzgaustraße 33, 88690 **Ober-  
uhldingen**  
- Ev. Gemeindehaus, Kapellenweg 12, 88696 **Owingen**  
- Seminarraum Lichthaus, Lindenbühlstr. 6, 88662  
**Bamberg**

Gerhard Himmel, Espenbachstraße 2, 88605 **Boll /  
Sauldorf**, Tel. 07777 - 939 61 96, www.kosmosoph.de  
- Yogaschule Rothbauer, Hauptstraße 24b, 88605  
**Meßkirch**, Tel. 07777 - 939 619 6

Bauernhaus Museum Allgäu-Oberschwaben, Vogter  
Strasse 4, 88364 **Wolfegg**, Te. 07527 - 95 50 16  
www.bauernhaus-museum.de

auszeitHaus bodensee, Maria Oßwald, Reute 7, 88677  
**Markdorf**, Tel: 07544 - 62 42,  
www.auszeitHaus-bodensee.de

Hottenlocher Hofgemeinschaft, Hottenlocher Hof 1,  
78357 **Mühlingen**, Tel. 077 75 - 92 07 61  
www.hottenlocherhof.de

Ulrike Eschbaumer, Mal- u. Gestaltungsatelier, Praxis  
für Psychotherapie HP, Klang- und Lichthaus, Im Wein-  
berg 11, 88138 **Weißensberg**, Tel. 08389 - 929 69 01  
www.psychotherapie-am-bodensee.de

ARKANUM, Praxis für Therapie, Hans-Peter Regele,  
Enzisweilerstr. 16, 88131 **Lindau**, Tel. 08382- 275212,  
www.regele-arkanum.de

FreiRaum, Sieghard Bay, Langenacker 1, 88353  
**Kißlegg**, Tel./Fax 07563 - 28 59, www.sieghard-bay.de  
www.freiraum-seminarhaus.de

Karin Walz, Hochbildstraße 15c, 88662 **Überlingen**  
Tel. 075 51 - 94 51 33, www.karin-walz.de  
- CurlyRanch, Waldheimstraße 13, CH-78337  
**Öhningen-Schienen** (Höri), www.curlyranch.horse

Andreashof, Kirchgasse 35, 88662 **Überlingen**, Tel.  
07551 - 947 470, www.lichtyam.de

Schloss Glarisegg, CH-8266 **Steckborn**, Tel. 0041  
(0)52 770 21 88, www.schloss-glarisegg.ch

Freie Hermetisch-Christliche Studienstätte am  
Bodensee FHAB, Hirtengärten 7, 88696 **Owingen-  
Taisersdorf**, Tel. 07557 - 82 06 30, info@fhab.de

Jugend- u. Bildungshaus St. Arbogast, Montfortstr. 88,  
A-6840 **Götzis**, Tel. (0043) 5523 62 501-0  
www.arbogast.at

TAKETINA, Martin Höhn, Schloß 3, 88316 **Isny Allgäu**  
Tel/Whatsapp: 0172-6743581, www.pulsdeslebens.de

Atelier im blauen Haus, Heiligenbreite 52, 88662  
**Überlingen**

DREISPITZ Sport- u. Kulturzentrum, Pestalozzistr. 17,  
CH-8280 **Kreuzlingen**

Myriam Uscher, Stocken 12, CH-9315 **Neukirch-  
Egnach TG**, Tel. 0041(0)71 525 76 82,  
www.myriamUscher.com  
- Jurte, Landquartstrasse 72, CH-9230 **Arbon**

Taichi Haus, Nußdorferstr. 83F, 88662 **Überlingen**,  
Tel. 07551 - 858 06 36, www.taichi-haus.com

Heidrun von Werthern, Jin Shin Jyutsu-Heilkunst,  
Steinackerweg 8, 78333 **Stockach-Wahlwies**,  
Tel. 07771 - 13 67, www.jsj-heilkunst.de

Yoga & Klang, Sabine Pfau, Praxis für Klangerfahrung  
und Therapie, Kohlplatz 4/2, 88239 **Wangen/Allgäu**,  
Tel. 075 22 - 9 30 25 64, www.sabinepfau.de

Rochus-Apotheke, Herrenstr. 22/24, 88239 **Wangen**,  
Tel. 0 75 22 - 213 79, www.rochusapotheke.de

Solidarische Landwirtschaft Ravensburg e.V., Tel.  
www.solawi-ravensburg.de

Petra Sommerfeld, Schreckelberg 15, 88145 **Hergatz**  
Tel. +49 (0)179 6771562, www.petrasonmerfeld.de  
- Spitalstrasse 25, 88239 **Wangen**  
- Heilpraxis Allgäu, Maria-Rainer-Straße 7, 87466 **Oy-  
Mittelberg**

Heinrich Schwab Institut, Eglöfstal 44, 88260 **Argen-  
bühl**, Tel. 07566 - 907 52 76,  
www.heinrich-schwab-institut.de

Rani Legde-Naskar, Entwicklungslabor für Zukünftiges,  
88682 **Salem**, Tel. 07553 - 917 15 13,  
www.der-eigene-sterne.de  
- auszeitHaus bodensee, Gehrenbergstraße 20, 88677  
**Markdorf**

Elke Baltus, Weinbergstr. 18, 88690 **Uhldingen-Mühl-  
hofen**, Tel. 07556-2475020, www.wegezumeinklang.de

Heilpraktiker-Akademie Lindau GmbH, Uferweg 11,  
88131 **Lindau**, Tel. 08382 - 9113550,  
www.heilpraktikerschule-lindau.de

Dagmar Albrecht, Scheffelstr. 6/1, 78315 **Radolfzell**-  
Tel. 0 77 32 - 892 91 51, www.goldbach-seminare.de  
- Oktave Goldbach, Goldbacher Str. 71, 88662 **Über-  
lingen**

Sich mit gestalterischen Mitteln

- ERKENNEN ·
- BEGREIFEN ·
- ENTWICKELN ·

Sie suchen nach einem Weg,  
Ihre Gesundheit zu fördern?  
Sind Sie in einer Ausnahmesituation  
und benötigen Hilfe?

Auf Ihrem Weg  
begleite ich Sie gerne in  
themenbezogenen MALKURSEN  
und mit Hilfe der KUNSTTHERAPIE  
in meinem Atelier in Bad Buchau.

**KRAUSSSIMONE**



**KUNSTTHERAPIE**

Simone Krauß  
Kunsttherapeutin (BVAKT)  
Heilpraktikerin für Psychotherapie  
kraussimone@aol.com  
www.kunsttherapie-krauss.de

Yoga Vidya Oberreute, Unterreute 5, 88179 **Oberreute**,  
Tel. 08387 - 438 09 29, www.yoga-oberreute.de

ReLux GmbH, Im Böttlin 6, 88699 **Frickingen**, Tel.  
07554 - 987 270, www.re-lux.eu

Studio YogaOMline, Astrid Siebert, Marie-Curie-Platz 2  
88046 **Friedrichshafen**, Tel. 08382 - 750 90 71,  
www.yogaonline-bodensee.com

Wirtschaftsmuseum, Akademie Thomas Grenz, Marktstr.  
22, im 88212 **Ravensburg**, Tel. 0751 - 76 42 48 10,  
www.thomas-grenz.de

Claudius Hoffmann M.A., Am Bergele 10, 88682 **Salem**  
Tel. 07544 - 75 99 1 99, www.claudiushoffmann.de  
- Fachklinik siebenzwerge, 88682 **Salem-Obersten-  
weiler**, Grünwanger Str. 4, Karten: 07544 - 74 12 26,  
www.siebenzwerge.info

Kunsthalle Kleinschönach, Ateliergemeinschaft, Wald-  
hofstr. 19, 88634 **Herdwangen-Schönach**, Tel. 07552  
- 40 99 43, www.kunsthalle-kleinschoenach.de

Heilpraxis Elke Andreas, Am Hang 13, 88239 **Wangen-  
Deuchelried**, Tel. 07522 - 915 77 33,  
www.reinkarnationstherapie-wangen-allgaeu.de

Noltes Culture Lounge, Gunzoweg 1, 88662 **Überlin-  
gen**, Tel. 07551 - 831 02 22, www.noltes.biz

Bürgerhaus Adler-Post, Hauptstraße 7, 78333  
**Stockach**, Tel. 07771 - 80 23 00, www.stockach.de

Victoria Martina Vlcek, Ganzheitliche Yoga- und Ge-  
sundheitspraxis, Zum Mühlöschle 14, 88633 **Heiligen-  
berg**, Tel. 07554 - 98 999 39  
- Atelier, Heiligenbreite 52, 88662 **Überlingen**

Jin Shin Jyutsu-Bodensee, Heike Kuschel, Richard-  
Stocker-Weg 7, 78333 **Stockach-Wahlwies**, Tel.  
+49176-30487642, www.jinshinjyutsu-bodensee.de

Ingemar Rohn, Schilfweg 5, 88662 **Überlingen**,  
Tel. 07551- 989 16 78, www.kreistanz-ingemar.de

Filmtage Hunger.Macht.Profite.9:  
- Altes Haus, Bahnhofstrasse 30, A-6830 **Rankweil**  
- Spielboden, Rhomberts Fabrik 15, A-6850 **Dornbirn**  
- RIO Kino, Marktgasse 18, A-6800 **Feldkirch**

Atelier Kunst-T-Raum Kreativitätstraining & Freies Ge-  
stalten, Ulrike Liebsch, Käferhofen 25, 88239 **Wangen**  
Tel. 07522 - 915 00 65, www.kunst-t-raum.de

Vorarlberger Landesbibliothek, Fluher Str. 4, A-6900  
**Bregenz**, +43 5574 511 44005, www.vlb.vorarlberg.at





## Schulen + Kindergärten

Freie Waldorfschule Ravensburg, Meersburger Str.148, 88213 **Ravensburg**, Tel. 0 751 - 79 11 30  
www.waldorfschule-ravensburg.de

Freie Schule Rheinklang e.V., Fürstenbergstrasse 1a, 78315 **Radolfzell**, Tel. 07732 - 943 31 74,  
www.rheinklang-ev.de

Kaspar-Hauser-Schule, Überlingen, Rengoldshauser Str. 19, 88662 **Überlingen**, Tel. 0 75 51 - 33 93,  
www.kaspar-hauser-schule.de

Freie Waldorfschule Überlingen, Rengoldshauser Str. 20, 88662 **Überlingen**, Tel. 07551 - 8 30 10  
www.waldorfschule-ueberlingen.de

Krippe und Waldorfindergarten Überlingen, Rengoldshauser Str. 25, 88662 **Überlingen** Tel. 07551 - 8301-81 (Krippe) und 07551 - 8301-80 (Kindergarten),  
www.waldorfindergarten-ueberlingen.de"

Freie Waldorfschule Wahlwies, Am Maisenbühl 30, 78333 **Stockach-Wahlwies**, Tel. 0 77 71 - 8 70 60,  
www.waldorfschule-wahlwies.de

Freie Waldorfschule Wangen, Rudolf-Steiner-Str. 4, 88239 **Wangen / Allgäu**, Tel. 0 75 22 - 9 31 80,  
www.fws-wangen.de

Christophoruskindergarten, Morfstrasse 8, 88239 **Wangen /Allgäu**, Tel. 07522 - 91 24 73,  
www.christophorus-kindergarten.com

Waldorf-Kinderkrippe, "Kinderstüble", Morfstr.8, 88239 **Wangen**, Tel. 07522 - 93 18 21  
www.waldorfschule-wangen.de

Freie Waldorfschule Biberach, Rindenmooser Str. 14 88400 **Biberach an der Riss**, Tel. 07351 - 528 555,  
www.waldorfschule-biberach.de

Freie Waldorfschule Konstanz, Robert Bosch Str.3, 78467 **Konstanz**, Tel. 07531 - 127 30 07  
www.waldorfschule-konstanz.de  
Förderverein Waldorfschule Konstanz e.V.  
Kindlebildstr.5, 78467 Konstanz,

Rudolf Steiner Schule Kreuzlingen-Konstanz, Bahnhofstrasse 15, CH-8280 **Kreuzlingen**, Tel. 0041 (0)71 - 672 17 10, www.steinerschulekreuzlingen.ch

Elternschule der Steinerschule Kreuzlingen, Bahnhofstr. 15, CH 8280 **Kreuzlingen**, Tel. 0041(0)71 672 17 10, www.rssk.ch

Talander Schulgemeinschaft, Christian-Fopp-Str. 4, 88239 **Wangen/Allg.**, Tel. 075 22 - 91 59 93,  
www.talander-schule.de

Unterseeschule, Aktive Schule für lebendiges Lernen, Floerickeweg 2a, 78315 **Radolfzell**, 0176 -96 57 93 74, www.unterseeschule.de

Familienschule Rheintal, Waldorfpädagogik in einer Gesamtklasse (1-5), Churerstraße 24, A-6840 **Götzis**, www.familienschule.eu

Waldorforientierter Kindergarten Kleine Sonnenstrahlen, 88131 **Lindau**, Brougierstr. 25, Tel. 083 82 - 27 50 79

Waldorfindergarten + Spielgruppe Rheintal, Kiesweg 5, A-6842 **Koblach**, Tel: +0043 (0) 677 620 737 93  
www.waldorfindergarten-rheintal.eu

Waldorfindergarten FN e.V., Mörikestraße 17, 88045 **Friedrichshafen**, Tel. 07541 - 592 89 11  
www.waldorfindergarten-fn.de

Waldorfindergarten Wahlwies, Erich Fischer Str. 12, 78333 **Stockach-Wahlwies**, Tel. 0 77 71 - 78 35.  
www.waldorfindergarten-wahlwies.de

Berufsbegleitendes Waldorflehrer-Seminar, 88212 **Ravensburg**, Meersburgerstraße 148, Tel. 0751 - 29 65 97 76, www.ls-rv.de

Berufsbegleitendes Waldorflehrerseminar Überlingen, c/o Hans-Heinrich Breth, Rauensteinstr. 69, 88662 **Überlingen**, www.lehrer-see-minar.de

Camphill Dorfgemeinschaft Lehenhof e.V. Lehenhof 2, 88693 **Deggenhausertal**, Tel. 07555 - 801 169,  
www.lehenhof.de

Camphill Schulgemeinschaften e.V. Föhrenbühl Föhrenbühlweg 5, 88633 **Heiligenberg-Steigen**, Tel. 07554 - 80010, www.camphill-schulgemeinschaften.de

Camphill Schulgemeinschaft Bruckfelden, Adalbert-Stifter-Weg 3, 88699 **Frickingen-Bruckfelden**,  
www.camphill-bruckfelden.de

Camphill Ausbildungs- und Tagungszentrum, 88699 **Frickingen**, Lippertsreuter Straße 14a, Tel. 0 75 54 - 98 98 27, www.camphill-ausbildungen.org

Heimsonderschule Haus am Mühlebach, Austrafße 2, 78259 **Mühlhausen-Ehingen**, Tel. 07733 - 50 3 57-2  
www.haus-am-muehlebach.de

Pestalozzi Kinder- und Jugenddorf Wahlwies e.V. Pestalozzi Kinderdorf 1, 78333 **Stockach**  
Tel. 0 77 71 - 80 03-0, www.pestalozzi-kinderdorf.de

Waldorfindergarten Engen, Goethestr. 4, 78234 **Engen**, Tel. 07733 - 67 61, www.waldorfindergarten-engen.de

Liechtensteinische Waldorfschule mit Kindergärten und Spielgruppen, Im Bretscha 14, **LI-9494 Schaan**, Tel.00423 -232 80 03, www.waldorfschule.li

Waldorf Spielgruppe Canopus, Carinagasse 24, **A-6800 Feldkirch**, Tel: 0043 (0)664 52 488 59,  
www.waldorfschule.li

Rudolf-Steiner-Schule, Rohrschacher Strasse 312 CH-90161 **St. Gallen**, Tel. 0041(0)721 - 282 30 10 und Säntisstr.31, CH-9500 **Willi**, Tel. 0041(0)721-282 30 10  
www.steinerschule-stgallen.ch

## Die Christengemeinschaft

Gemeinde Überlingen, Emmauskirche, Rengoldshauser Str. 16, 88662 **Überlingen**, Tel. 07551 - 949 78 83  
www.christengemeinschaft.org/ueberlingen

Gemeinde Konstanz/Kreuzlingen, Hansegartenstr.15, 78464 **Konstanz** , Tel. 0 75 31 - 69 09 22 und Friedhofstrasse 8, 78333 **Wahlwies**  
www.christengemeinschaft.de

Gemeinde St. Gallen, Hinterlauben 6, CH-9000 **St. Gallen**, Tel. 0041(0)71 244 00 47  
www.christengemeinschaft.ch

Gemeinde Schaffhausen, Steigstrasse 62, CH-8200 **Schaffhausen**, Tel. 0041(0)79 26 70 543,  
www.christengemeinschaft.ch

Gemeinde Wangen, Rittelmeyerweg 1 88239 **Wangen im Allgäu**, Tel. 0 75 22 - 2 96 16  
www.pauluskirche-wangen.de

Gemeinde Biberach, Christian-Morgenstern-Haus, Rindenmooser Str.10, 88400 **Biberach**, Tel. 07394 - 528 00 05, www.christengemeinschaft.de/biberach

Gemeinde Villingen-Schwenningen, Albrecht-Dürer-Weg 2, 78054 **Schwenningen**, Tel. 07551 - 94 59 732  
www.christengemeinschaft.de

## Tauschringe

Tauschring Wangen-Lindau, Kontaktstelle Wangen: Interessengemeinschaft für Lebensgestaltung e.V., Schwarzwaldweg 20, 88239 **Wangen / Allgäu**, Tel. 0 75 22 - 91 23 10 oder 0 75 22 - 91 37 42  
Kontaktstelle Lindau: Getrud Gantert, Tel. 08382- 79 285 - Treffen in Lindau: Treffpunkt Zech e.V.  
Leiblachstraße 8, 88131 **Lindau**  
- Treffen in Wangen: Café im Weberzunfthaus Zunfthausgasse 11, 88239 **Wangen/Allgäu**  
www.tauschring-liwa.de

Tauschen am See - von Überlingen bis Tettngang: Kontakt: Birgit Kubalczky, Tel. 07541 - 40 48 22, www.tauschen-am-see.de  
Regionaltreffen: Haus Groß, Montfortstr. 2, 88069 **Tettngang**, Infos: Anlaufstelle für Bürgerengagement Tettngang, Montfortstraße 2, 88069 **Tettngang**, Tel. 07542 - 510-107, www.tettngang.de/tt/rathaus-service/buerger-schaftliches-engagement/Schenkregal.php

Tauschring Cambodunum Kempten, Treffen: Im Oberösch 2 (Rückseite der Ladenzeile), 87437 Kempten, St. Mang, Kontakt: Melanie Rutherford, Im Oberösch 3, Stadtteilbüro Sankt Mang, 87437 **Kempten**,Tel: 0831- 960 57 01  
www.sanktmang.de, www.tauschring-kempten.de

Tauschring Isny-Leutkirch, C. Bayer, Tel. 07522 - 28949, Treffen **Isny**: Paul-Fagius Haus, i. d. Gotischen Halle, Marktplatz 12  
Treffen **Lindenberg**: Räume des Kinderschutzbundes  
www.tauschring-isny-leutkirch.de

Schussentaler Tauschring, Tel. 0751 - 51185, Treffen: Wohnanlage für Jung & Alt, Weinbergstr.11, 88214 **Ravensburg**,  
www.schussentaler-tauschring.de  
www.tauschen-ohne-geld.de/schussentaler-tauschring

Tauschring Konstanz e.V.: Tel. 0176 - 5178 4265  
Treffen: AWO Treffpunkt Chérisy, Chérisystrasse 15, 78462 **Konstanz**,  
Bürozeiten: Büro für Bürgerschaftliches Engagement, Benediktinerplatz 1, 78467 **Konstanz**,  
www.tauschring-konstanz.de

TALENTE-Vorarlberg, Bildgasse 10, A-6850 **Dornbirn**, Tel. 0664 - 345 68 98, www.talente.cc  
- Bäuerliches Schul- und Bildungszentrum, Rheinhofstraße 16, A-6845 **Hohenems**

Künstler für Atelieregemeinschaft gesucht  
Mobil 015773349994 REGINA GEIST

Gerne schicken wir Ihnen unsere Medidaten zu,  
wenn Sie eine

# Anzeige in der Welle

schalten möchten.

Unsere momentane Auflage beträgt 6.000 Stück.  
Sie erreichen also mit einer Anzeige  
eine große Zahl von Lesern im Allgäu, in Oberschwaben  
und im Dreiländereck D/A/CH - rund um den Bodensee  
und Sie helfen uns damit die WELLE,  
die für die Leser kostenlos ist, zu finanzieren.

[www.die-welle.org](http://www.die-welle.org)

## Seminare und Kurse:

### "ARKANUM – Lebensschule" begleitet Wege in die Freiheit

Die "ARKANUM – Lebensschule" ist eine Einladung an alle, die bereit sind, sich über einen Zeitraum von einem Jahr ganz gewusst auf sich, ihr Leben und auf die Begegnung mit anderen Menschen einzulassen.

Wir leben in einer Zeit, die geprägt ist von Umbrüchen, Unsicherheiten und Wandlungen in allen unseren Lebensbereichen. Vermeintliche Sicherheiten, auf die wir uns lange Jahre verlassen haben, drohen verloren zu gehen. Wenn Unsicherheit auftaucht, taucht auch die Angst in den Vordergrund unseres Lebens. Sie hat uns dann fest im Griff und hält uns innerlich gefangen. Dadurch verlieren wir den Kontakt zu unserem Herzen und zu unserem Leben.

Von unseren Ängsten beherrscht, leben wir immer noch als Gefangene in unserer selbst erschaffenen Höhle, in der wir hypnotisiert auf die Höhlenwand starren und die Schattenbilder dort für die Wirklichkeit halten.

Wir nähern uns als Menschheit einem Scheideweg, der uns auffordert, endlich aus unserem Tiefschlaf zu erwachen und unsere Höhle zu verlassen. Dies ist der Weg in unsere Freiheit. So möchte die "ARKANUM – Lebensschule" einen Raum bieten, in dem sich jede/r des eigenen inneren Gefängnisses bewusst werden kann. Wir anerkennen die Bilder, Ängste, Sorgen usw., die wir erschaffen und die wir bisher als unsere Wirklichkeit, als unser Leben betrachtet haben. Durch diese Anerkennung können sie sich endlich auflösen, so dass wir in der Lage sind, eine Schwelle zu überschreiten, die uns in eine andere Wirklichkeit führen kann, in der wir uns als die erfahren dürfen, die wir wirklich sind: Schöpferische und göttliche Wesen, die mit allem in Liebe verbunden sind.

#### Infoabend:

**Mittwoch, 30. Januar 2019 um 19.30 Uhr in Eulenspiegels Kulturraum in Wasserburg.**

**Mittwoch, 27. Februar 2019 um 19.30 Uhr in Eulenspiegels Kulturraum in Wasserburg**

#### Organisation:

**1 Einführungswoche ("Der Gesang des Herzens") vom 08. - 15. Juni 2019 in der Toskana und weitere 7 Seminarwochenenden im Seminarhaus FreiRaum bei Kisslegg.**

**Weitere Infos: [http://www.regele-arkanum.de/html/arkanum\\_lebensschule.html](http://www.regele-arkanum.de/html/arkanum_lebensschule.html)**

#### Veranstalter:

**ARKANUM - Praxis für Therapie, Hans-Peter Regele, Enzisweilerstraße 16, 88131 Lindau, Tel. 08382 – 27 52 12 mail: [hans-peter@regele-arkanum.de](mailto:hans-peter@regele-arkanum.de), Internet: [www.regele-arkanum.de](http://www.regele-arkanum.de)**

**Das etwas andere Wochenende** für Körper, Geist und Seele: zur Ruhe kommen, durchatmen, Kraft tanken in der Natur mit Pferden und Alpakas! Vor dem Jahreswechsel:

**"Auszeit in der Adventszeit"** auf der Curly Ranch (Höri/Bodensee) vom 15.-16. Dezember. Und im Frühjahr 2019 am 13. April ein Samstag unter dem Motto **"Ich bin dann mal... da!"** mit Pferden, Ponys und einem gemütlichen Abendessen zum Ausklang auf dem Löwenhof (Wald-Ruhebetten/Linzgau).

Weitere Infos: Karin Walz, 07551 - 94 51 33, [info@karin-walz.de](mailto:info@karin-walz.de), [www.karin-walz.de](http://www.karin-walz.de)

### Architekturlandschaften

Ausstellung im Kornhaus Wangen am Postplatz (Stadtbücherei) vom 29.01. - 23.02.2019 zu den regulären Öffnungszeiten (Di-Sa), Eröffnung mit Ansprache findet am 29.01.2019 um 19:30 Uhr statt. Architekt Matthias Beck präsentiert Zeichnungen rund um Wangen.

### Gemeinschaftsbildungsprozeß nach

**Scott Peck**, ein Handwerkzeug zur Selbstforschung von authentischer Kommunikation. WE 25.-27. Jan 2019 in Salem/Bodensee.

Wir bieten einen Erfahrungsraum zum Thema "Wie Gemeinschaft entsteht", mit G. Kaupp und W. Zembrod, Anmeldung und Info: Waltraud Zembrod, T: 07553 - 18 10, Kosten: 150 Euro bei mind. 16 TN. [www.salemerhaus.de](http://www.salemerhaus.de)

### Taichi Haus Überlingen

Nußdorferstr. 38 F 88662 Überlingen  
Wöchentliche Kurse Taichi/Qigong  
Seminare, Lehrerausbildung

Alle Level Willkommen, Kostenlose Probestunde  
Ingrid Schmid-Bergmann 07551 - 858 06 36  
[info@taichi-haus.de](mailto:info@taichi-haus.de), [www.taichi-haus.com](http://www.taichi-haus.com)

### Seminare Faszination Wünschelrute + Pendel

**Radiästhet/Rutengänger Jochen Groothoff**  
Ausmessung von Erdstrahlen, Wasseradern und Elektrosmog. Tel.: 07552 - 382 94 35.  
[www.erdstrahlenkunde.de](http://www.erdstrahlenkunde.de)

### Praxis für Jin Shin Jyutsu-Heilkunst

JSJ, Mikrokinesie- und Dorn-Therapie  
Immunkraft stärken für den Winter  
Stress loslassen, in Ruhe Kraft schöpfen  
Heidrun von Werthern, Krankenschwester  
78333 Stockach-Wahlwies, Tel. 07771 - 13 67  
[www.jsj-heilkunst.de](http://www.jsj-heilkunst.de)

### Yoga und Klangyoga

Laufende Kurse  
Einstieg nach Rücksprache jederzeit möglich  
Tel.: 07522 - 930 25 64  
[www.sabinepfau.de](http://www.sabinepfau.de)

**Lebendige Kommunikation** - Seminare zur Gewaltfreien Kommunikation, sowie empathisches Coaching und Supervision bei Christine Schmidt, Wangen/Allg., Tel. 07528 - 92 79 348  
[www.zwischen-menschliches.de](http://www.zwischen-menschliches.de)

### CHARTRES vom 25.-31. August 2019

Entdeckungsreise zu einem Tempel der Menschheit. Die "Schule von Chartres" war eine Wirkstätte alter, spiritueller Weisheit der Menschheit. Durch die Führungen in und um die Kathedrale kann diese Weisheit wieder aufleuchten und im künstlerischen Tun (Eurythmie, Plastizieren, Zeichnen) vertieft werden.

**Auskunft bei Christiane Ebner und Andrea Hahn, Tel. 07557 - 772 96 90**

### Entwicklungslabor für Zukünftiges

Biografische und systemische Aufstellungen  
Beratungen, Seminare, Coaching  
07553 - 9171513 rani@der-eigene-stern.de  
[www.der-eigene-stern.de](http://www.der-eigene-stern.de)  
[www.10-werkzeuge.de](http://www.10-werkzeuge.de)  
[www.legde-naskar.de](http://www.legde-naskar.de)

### Yin- und Hatha Yoga für SIE und IHN

zur Steigerung der Resilienzfähigkeit im Atelier Überlingen, Heiligenbreite 52  
Di + Do 16.00 bis 17.30 in Überlingen  
Di 18.00 Meditation und stilles Gehen  
Mo 19.00 + Mi 19.30 in Frickingen  
Ganzheitliche Yoga u. Gesundheitspraxis  
Victoria Vlcek 07554 98999 39 oder  
0171 2989 223 / [victoria.v@web.de](mailto:victoria.v@web.de)

### Handauflegen - tiefe Stille

Entspannung und Harmonie  
in Heiligenberg und Überlingen  
Ganzheitliche Yoga u. Gesundheitspraxis  
Victoria Vlcek 07554 - 98999 39 oder  
0171 2989 223 / [victoria.v@web.de](mailto:victoria.v@web.de)

### Aura - Balance

Aktivierung der Selbstheilungskräfte  
Harmonisierung der feinstofflichen  
Körperenergien und inneren Aufrichtung  
Ganzheitliche Yoga u. Gesundheitspraxis  
Victoria Vlcek 07554 98999 39 oder  
0171 2989 223 / [victoria.v@web.de](mailto:victoria.v@web.de)

**The Spirti of OM** - zum wohlfühlen-  
Naturreine Bio-Textilien mit Edelsteinen  
Wohlbefinden & besserer Energiefluss  
Weihnachtsbasar Überlingen 01.12.  
Weihnachtsbasar Heiligenberg 09.12  
Ganzheitliche Yoga u. Gesundheitspraxis  
Victoria Vlcek 07554 98999 39 oder  
0171 2989 223/victoria.v@web.de

### Impulse zur Entspannung, Bewusst- und Heilwerdung

Klangschalenmassage & Klangmeditation,  
Autogenes Training, Progr. Muskelentspannung  
nach Jacobson, Energetische Heilweisen.  
**Einzel & Gruppe, [www.wegezumeinklang.de](http://www.wegezumeinklang.de)**  
**Elke Balthes, Tel. 07556 - 247 50 20**

### YOGA & Freie Atemschule

Zeughausgasse 2, 88662 Überlingen  
Grundkurse - Aufbaukurse - Einzelarbeit -  
Seminare - Fortbildung - Urlaub & Regeneration  
Info: Simone Stoll, Tel. 0176 - 32 67 38 02,  
[www.freie-atemschule.de](http://www.freie-atemschule.de)

**Gesangsseminar mit Christiaan Boele**  
(Schule der Stimmthüllung) 14.-16.12.2018

Gesangsübungen, Chorarbeit,  
kleine Masterclass, Einzelstunden  
Internationales Kulturzentrum Achberg e.V.  
im Humboldt-Haus, Info: T. +49-8380-335  
[birgit.irmir@kulturzentrum-achberg.de](mailto:birgit.irmir@kulturzentrum-achberg.de)

**...die modernste Gesellschaft, die es geben kann** - Diese zu bilden, ist bis heute eine immer noch bestehende Gestaltungsaufgabe der Allgemeinen Anthroposophischen Gesellschaft (AAG). Diesem Konstitutionsprozess dienen die Achberger Arbeitsergebnisse - auch im Hinblick auf die gegenwärtigen Kontroversen in der AAG und ihre Aufgaben in der Welt. **Tagung des Internationalen Kulturzentrums Achberg e.V. im Humboldt-Haus vom 04. - 06.01.2019**

**Coaching. Lösungen, die wirklich zu Ihnen passen.** Für Einzelne, Paare, Gruppen. Vorgespräch telefonisch kostenlos und unverbindlich. Dagmar Albrecht, Trainerin, Coach, Mediatorin. T. 07732 - 892 91 51 [www.goldbach-seminare.de](http://www.goldbach-seminare.de) [albrecht@goldbach-seminare.de](mailto:albrecht@goldbach-seminare.de)

### Reinkarnationstherapie - Humbug oder seriöse Therapieform?

In der Reinkarnationstherapie geht man davon aus, dass Begegnungen und Ereignisse aus vergangenen Leben genauso wirksam sein können wie Ereignisse des jetzigen Lebens. Doch welche Beweise gibt es dafür? Und wie läuft eine Rückführung eigentlich ab? Spannende Fragen, die ich in meinem Vortrag am 09.01.2019 um 19:00 Uhr, beantworte.

**Praxis für Naturheilkunde Heilpraktikerin Elke Andreas**, Am Hang 13, 88239 Wangen, Tel. 07522 / 915 77 33, unbedingt anmelden, [www.reinkarnationstherapie-wangen-allgaeu.de](http://www.reinkarnationstherapie-wangen-allgaeu.de)



## Verschiedenes:

### HAUS RENGOLD KENNENLERNEN

Hausführungen jeweils am zweiten Donnerstag im Monat um 14:00 Uhr.

Nächste Termine: Donnerstag, 13. Dezember, 10. Januar und 14. Februar 2018.

Wir informieren Sie über:

- attraktives betreutes Wohnen auch für *junge Alte*
- den eigenen ambulanten Pflegedienst im Hause
- den stationären Heimbereich
- die eigene Küche, täglich frisch, bio-orientiert
- ansprechende Gemeinschaftsräume, z.B. gemütliche Sitzzecke am Ofen, Bibliothek, Andachtsraum

**Gerne senden wir Ihnen unsere Informationsmappe zu.**

**HAUS RENGOLD**, gemeinnützige Betriebsgesellschaft mbH, Rengoldshäuser Str. 22, 88662 Überlingen, Telefon 0 75 51- 94 45-0; Telefax 0 75 51 - 94 45 209, mail@haus-rengold.de; [www.haus-rengold.de](http://www.haus-rengold.de)

### Klang & Yoga, Wangen im Allgäu

Einzelbehandlungen auf der Klangliege, Meditative Klangreisen in der Gruppe, Yoga, Yoga für den Rücken, Klangyoga, Gruppen- und Einzelunterricht, Gutscheine. Sabine Pfau, Heilpraktikerin Psychotherapie, Yogalehrerin (BYV), 88239 Wangen/Allgäu  
Tel.: 07522 - 930 25 64  
[www.sabinepfau.de](http://www.sabinepfau.de)

### Im Prinzip geht alles, doch ohne Strom und Smartphone geht scheinbar nichts mehr!

Möchtest Du wissen, ob und wie stark Du durch nieder- & hochfrequenten **Elektrosmog** belastet bist? Ich komme zu Dir, messe mit Profi-Messgeräten und unterbreite

### Lösungsvorschläge für mehr Lebensqualität

Diplom-Ingenieur (FH) Klaus Köhler  
+41 (0)71 5257682 bzw. +49 (0)170 5219446  
[www.myriamuscher.com/klaus\\_koehler/](http://www.myriamuscher.com/klaus_koehler/)

### Licht, Energie, Information:

Biophotonen und BioConnectoren. 5 % Rabatt mit Gutscheincode "Genka" auf der Webseite <https://www.lichtdeslebens.de/shop/de/>. Bestellungen bei mir persönlich mit 10 % Rabatt. Kostenfreie Beratung möglich. Kontakt: 07542 - 978 49 58 oder [geni\\_post@t-online.de](mailto:geni_post@t-online.de)

### Wir haben einen TRAUM:

Eine **VILLA KUNTERBUNT**, in der Künstler und Kunsthandwerker zusammen wohnen und arbeiten - Das Haus und den Garten gibt es schon - die Mitbewohner suchen wir.

Beate und Martin Hug,  
Garwiesenweg 34 in 88677 Markdorf.  
Wenn wir Ihr Interesse geweckt haben, melden Sie sich doch per Telefon 07544 - 65 58 oder per e-mail [beate.reitberger-hug@gmx.de](mailto:beate.reitberger-hug@gmx.de)

### MIT DEM BUS INS THEATER NACH ULM

Abonnements und auch Einzelkarten am Sonntag-Nachmittag oder Freitag-Abend  
Abfahrt: Kißlegg / Amtzell / Wangen / Leutkirch  
SO 16.12.2018: Die Räuber, Schauspiel  
FR 04.01.2019: Lucia de Lammermoor, Oper  
SO 10.02.2019: My Fair Lady, Musical  
Info: **Gabriele Bossert** 0 75 22 - 91 21 55  
[g.bossert@gmx.net](mailto:g.bossert@gmx.net)

### Bildnachweis W87:

Titel: Gabriele Bossert  
Badstube an der Stadtmauer Wangen  
S. 03: Benedetta Caselungha  
Annette Hug-Risel  
Gabriele Bossert  
S. 04: Pixabay 2 x  
S. 23: Dieter Koschek  
S. 26: etepetete 3 x  
S. 27: Pixabay  
S. 32: Gabriele Bossert  
Himmel über Wangen

## Das schöne Geschenk – nicht nur zur Weihnachtszeit!



„Tango – Tanz der Herzen“ das Lehr- und Unterrichtsbuch zum Argentinischen Tango für Anfänger und Fortgeschrittene ist zum „Standardwerk für einen nicht standardisierbaren Tanz“ geworden. Das reich bebilderte Arbeitsbuch enthält zahlreiche Übungen, Elemente und Bausteine des Tango.

Der Autor Ralf Sartori begann seine Laufbahn bereits 1989 im Estudio Sudamericana in Berlin. Bis heute leitet er die Schule für argentinischen Tango in München „Tango à la carte“.

Das im Verlag Bernhard Kleb erschienene Buch ist im Buchhandel erhältlich und kostet 19,00 EUR.  
**ISBN 978-3-9807426-5-8**

## Kleinanzeigen sind günstig

durch einheitliche Gestaltung und wenig Verwaltungsaufwand

Schicken Sie Ihren Text an [info@die-welle.org](mailto:info@die-welle.org)

### Jede Zeile

(ca. 42 Zeichen - auch ein Leerzeichen ist ein Zeichen)  
kostet

**1,50 EURO**

**VORKASSE !!!**

Bitte in Form von **Briefmarken** bezahlen. Diese schicken an  
Die Welle / Frau Gabriele Bossert / Lange Gasse 43 / D-88239 Wangen im Allgäu

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe:

**25. Januar 2019**

*Kleinanzeigen sind auch geeignet für Veranstaltungstermine mit mehr Erläuterungen, als es in unserem kostenlosen Veranstaltungskalender üblich ist.*

## Rosen-Methode

### Körperarbeit

Den Körper berühren – die Seele erreichen

Rosen-Methode am Bodensee  
Liane Marina Münch



Hohnsteiner Weg 3  
88709 Meersburg  
Tel: +49 7551 8581645  
info@rosenmethode-bodensee.de  
www.rosenmethode-bodensee.de

Ich bin im letzten Jahr der 5-jährigen Ausbildung und suche Menschen, die diese wunderbare Methode gerne einmal an sich angewendet kennenlernen möchten.

Die Rosen-Methode ist eine Körperarbeit, bei der durch achtsame Berührung chronische Muskelverspannungen gelöst werden. Verspannte Muskeln sind meist nicht nur physischer Natur, sondern oft auch mit seelischer Anspannung verbunden. Durch Berührung und Sprache werden dem Klienten Blockaden bewusst. Der Klient kommt so mit unbewussten Gefühlen, verborgenen Erinnerungen und Bildern in Kontakt. Die körperliche und emotionale Entspannung bewirkt, dass sich neue Möglichkeiten offenbaren können.

„Bei dieser Arbeit geht es darum, sich wieder zu finden - die Wandlung zu vollziehen von der Person, die wir meinen zu sein, zu der Person, die wir wirklich sind.“  
Marion Rosen

## Extra Kurse

für anthroposophisch orientierte FörderlehrerInnen

### Die schöpferische Realität der Aufmerksamkeit

Menschenbetrachtung und Menschenkunde

Alexander Schaumann, Bochum

22. / 23. Februar 2019

Kaspar Hauser Schule  
88662 Überlingen-Rengoldshausen

Anmeldung und Info: Extrakurse GbR  
Tel. 07121 - 241 40 84, [www.extrakurse.de](http://www.extrakurse.de)

## 100 Jahre Bauhaus

Das Staatliche Bauhaus wurde am 1. April 1919 von Walter Gropius in Weimar gegründet. So ist 2019 ein weiteres Jubiläumsjahr mit vielen Ausstellungen und Veranstaltungen in vielen Städten, die Kunstschulen haben z.B. Weimar, Dessau, Darmstadt, Ulm, Berlin und auch im Ausland.

Die Zielsetzung des Bauhauses war die Ausbildung von Handwerk und bildende Kunst unter einem Dach als eine einheitliche Hochschule mit gleicher Unterrichtung für alle Studenten von Künstlern und Handwerkseistern zu haben. Walter Gropius schuf eine neue soziale Architektur indem er in der Hochschule Lernende und Lehrer, Studenten und Meister aller bildenden Künste mit Handwerkern und zwar die Besten der damaligen Zeit, zusammen brachte. Auch heute noch ist z.B. die durch Johannes Itten eingeführte Bauhauspädagogik, die sogenannte Vorlehre, Grundlage der Ausbildung.

Bauhäusler ließen sich auch in unserer Region nieder wie Georg Muhe in Lindau und Hanns Hoffmann-Lederer in Essersweiler.

- Ingrid Feustel -

## ImpULS für die Zukunft -

Aufbruch zu einer menschlicheren Gesellschaft im 21. Jahrhundert

Tagung in Stuttgart vom 5. - 7. April 2019

Vor 100 Jahren 1919 gab es Umbruchsituationen in Deutschland, die soziale Krise war auf einem Höhepunkt angelangt. Der Aufruf an die Kulturschaffenden unterschrieben von hunderten namhaften Menschen aus der Gesellschaft erschien in großen Tageszeitungen. Der Bund der Dreigliederung des sozialen Organismus organisierte Großveranstaltungen im Stuttgarter Raum. Fast gleichzeitig mit dem weit beachteten Aufruf kam der Ruf nach einer ersten freien Schule für die Kinder der Waldorf-Astoria Zigarettenfabrik in Stuttgart. Sie wurde 1919 eröffnet und ist heute eine weltumspannende Schulbewegung in freier Trägerschaft.

Um diese ereignisreiche Zeit wieder ins Bewusstsein zu holen, veranstalten vier Gruppen vom 5. - 7. April 2019 im Hospitalhof und Forum 3 Stuttgart in Stuttgart die Tagung "ImpULS für die Zukunft" mit Vorträgen, Workshops, Foren zu Eigentum und Einkommen, Digitalisierung, künstliche Intelligenz und soziale Dreigliederung, jugendliche Visionen einer menschlichen Gesellschaft, Musik und Kunstaktionen und vieles mehr. Auf dem Markt der Möglichkeiten sind unterschiedliche Menschen und Initiativen eingeladen, die mit den Ideen der Dreigliederung und den sozialen Ansätzen aus der Anthroposophie arbeiten. In dem großen Worldcafé und durch künstlerische Aktionen werden sie mit allen Tagungsteilnehmern Erfahrungen austauschen und neue Ideen gewinnen können.

Mit dabei sind Fritz Kuhn /Oberbürgermeister von Stuttgart, Gerald Häfner /Politiker, Sozialwissenschaftliche Sektion am Goetheanum, Henning Kullak-Ublick /Waldorfpädagoge, Nicanor Perlas /Träger des Alternativen Nobelpreises aus den Philippinen, Prof. Dr. Albert Schmelzer /Historiker, Professor an der Hochschule Alfter und viele andere...

"ImpULS für die Zukunft" möchte auf diese revolutionäre Zeit aufmerksam machen und durch Aufarbeitung in die Zukunft führen. 2019 wird ein Jahr des Rückblicks und Vorblicks.

- Ingrid Feustel -

Infos: [www.100jahresozialedreigliederung.de](http://www.100jahresozialedreigliederung.de)

Einzel-, Doppel-, Mehrbettzimmer  
Campingwiese + Pool  
Vollpension (auch vegan)  
3 Seminarräume  
Buffets & Kaffeetafeln  
hausgemachte Kuchen + Bio-Eis



Wir bieten Raum für Ihre  
Seminare, Freizeiten,  
Workshops, Konzerte,  
Urlaube, Feste & Feiern ...

### Humboldt-Haus

Tagungsstätte & CafeTeeRia im  
Internationalen Kulturzentrum Achberg  
Panoramastr. 30  
Achberg bei Lindau am Bodensee  
Tel. +49-8380-335  
[www.humboldt-haus.de](http://www.humboldt-haus.de)





# Gemeingut Boden

## Herausforderungen für Europa und Wege in der Euregio Bodensee

Die Initiative "European Public Sphere" veranstaltete im Zuge ihrer Österreich-Tour zwei Dome-Talks in Bregenz. Als Thema wurde im Vierländereck rund um den Bodensee die Bodenfrage aufgeworfen: "Wie lässt sich ein zukunftsweisender Umgang mit dem Gemeingut Boden realisieren?"

Eingeladen wurden Menschen aus Österreich, Liechtenstein, der Schweiz und Deutschland, die sich auf unterschiedliche Weise bereits mit der Bodenfrage befassen, sowie alle interessierten Bürgerinnen und Bürger, die zuhören, mitdenken und mitreden wollen.

Es kamen VertreterInnen aus rund 20 Initiativen und 2 Parteien des Vorarlberger Landtages und der Bregenzer Bürgermeister, sowie ein paar interessierte BürgerInnen. Für mich stellte sich die Bodenfrage in seiner vielfältigen Weise dar. Es sind Raumplanungsfragen, architektonische Fragen und Widmungsfragen im Kommunalbereich. Da war mein Ansatz, dass der Boden vergesellschaftet werden muss, zwar der radikalste, aber der unwahrscheinlichste. Land ist teuer, knapp und ungleich verteilt als Vermögen. In Europa besitzen zum Beispiel 3 Prozent der landwirtschaftlichen Betriebe bereits 52 Prozent der landwirtschaftlichen Fläche. Landkonzentration ist ein globales Phänomen, und der Kampf um den Boden spitzt sich auch in Österreich zu. Leider gewinnen den Preiskampf selten die, die mit dem Boden ökologisch und sozial verträglich landwirtschaften wollen.



Die Runden im Dom brachten die Vielfalt zur Geltung: Vertreter der schweizer Stiftungen berichteten gar, dass eine Volksinitiative nicht nur scheiterte, sondern auch darüber, dass in der Folge das Eigentum in der Schweizer Verfassung festgeschrieben wurde. Durch Matthias Forster wurde auch die Frage der Bodenqualität thematisiert.

Weitgehend unbekannt ist, dass im vergangenen Jahr es in Vorarlberg zu zwei größeren Demonstrationen kam mit jeweils rund 500 TeilnehmerInnen. Diese wehrten sich in Weiler und in Ludesch gegen geplante Baumaßnahmen von Unternehmen in der sogenannten Grünzone. In beiden Fällen zogen die Unternehmen ihr Ansinnen zurück und fanden eine andere Lösung.

Der Vorarlberger Verein Bodenfreiheit will durch gezielten Kauf von kleinen Parzellen sich in die Bodenfrage einmischen. Schweizer Stiftungen waren stark vertreten. Dort wird stark damit gearbeitet, dass Boden quasi freigekauft wird und in Erbbaurecht dann an Wohnungsbaugenossenschaften übertragen wird. 2013 wurde das Infonetzwerk Gemeingut Boden gegründet, dem inzwischen 8 Stiftungen und eine Beobachterin angehören.

Heinz Girschweiler berichtete von den in der Schweiz sich ausbreitenden kommunalen Bodeninitiativen. Im November 2017 bestätigten die Stadtluzerner Stimmberechtigten die

**GUTES GELD  
NÜTZT  
DEN MENSCHEN.  
NICHT DEN  
GROSSBANKEN.**

**GUTESGELD.DE**

Interessiert an ethischer Geldanlage?  
Informieren Sie sich beim  
Oikocredit Förderkreis Baden-Württemberg e.V.  
Tel. 0711 12 000 5-0

**OIKO  
CREDIT**  
in Menschen investieren

NACHHALTIGE GELDANLAGE SEIT 1975.

aktive Bodenpolitik an der Urne. In Hochdorf hingegen scheiterte die Initiative "Boden behalten, Hochdorf gestalten" an der Urne knapp. Aber die Reihe der Bodeninitiativen findet eine erfreuliche Fortsetzung. Die Grünen in Uster ZH und in Sursee LU haben entsprechende Initiativen eingereicht, die SP in Binningen BL sammelt noch Unterschriften. All diesen Initiativen lässt das Netzwerk jeweils einen Aufmunterungsbeitrag in schriftlicher sowie in pekuniärer Form zukommen. Auch begleitet unsere Netzwerk den Gang der Begehren jeweils mit Nachrichten auf ihrer Website: [www.nwo-belcampo.ch](http://www.nwo-belcampo.ch).

Im Gespräch wurde die Spannung zwischen lokalen Bürgerinitiativen und der Idee der Neugestaltung Europas deutlich. Während die Vertreterin aus Weiler keine Möglichkeit für europäisches Handeln sah, wurde durch eine Teilnehmerin aus Spanien dann den Bogen zu großen sozialen Bewegungen wie den "Indignados" gespannt, die inzwischen in Spanien etliche BürgermeisterInnen stellen und dadurch Einfluss auch auf regionale Bodenfragen haben.

Die Idee der Initiative European Public Sphere ist es, unter einer geodätischen Kuppel Gespräche über die Zukunft Europas zu führen. Sie suchen für diese Dome-Talks den öffentlichen Raum, um gemeinsam mit den Bürgerinnen und Bürgern an den verschiedensten Orten Europas zu verschiedenen Themen zu diskutieren.

Die konkreten Gespräche vor Ort sollen aber in die größere Sphäre einer europäischen Öffentlichkeit ausstrahlen können. Daher dokumentieren sie diese und machen sie so zugänglich.

Auf der Webseite ist schon eine größere Anzahl von Kuppelgesprächen in Berichten und Videos abrufbar. So will die Initiative aktiv zum gesellschaftlichen Diskurs über Europa beitragen.

- Dieter Koschek -

Infos: [www.publicsphere.eu](http://www.publicsphere.eu)

## HEALING-ARTs am See in Überlingen im Foyer des Kursaals am 08. Dezember von 10 bis 19 Uhr

Eine Weihnachts-Erlebnis-Messe rund um Kunst, Coaching, alternative Heilwege, sowie Handwerkliches & Heilsames. Die alternative Ausstellung mit energiereichen Kunstwerken, neuen ganzheitlichen Heilwegen und -werkzeugen und vielen gesunden Produkten oder hübschen Dingen, die darauf warten entdeckt zu werden.

"Loslassen" ist das große Thema der Messe, eingetretene Pfade und Ansichten, alte Gewohnheiten, Abhängigkeiten und Gedankengut, das nicht mehr in die neue Zeit passt, hinter sich lassen. Bewusstsein und eine ganzheitliche Lebensweise führen die Menschen wieder näher zu sich selbst. Sich auf Neues einlassen, Eintauchen und den wertvollsten, inneren Kraftquell finden, dem Gesundheit und Heilsein auf allen Ebenen entspringt, all das ist möglich auf der Messe.

Die vielfältigen Präsentationen der Künstler, Autoren, Therapeuten & Coaches können Ihnen neueste Wege und Werkzeuge aufzeigen, wie man bewusster und auf harmonische Weise mit gesundheitlichen oder Lebensproblemen umgehen und sich letztendlich Schritt für Schritt selbst daraus befreien kann. Diese können dazu genutzt werden neue Potenziale in uns zu erwecken, Fähigkeiten oder Fertigkeiten, die darauf warten entdeckt zu werden.

Info: [www.healing-events.de](http://www.healing-events.de)

- Veranstalterinfo -



### Naturheilpraxis Elke Andreas

Reinkarnationstherapie  
wenn`s einfach nicht  
weiter gehen will.....

Heilpraktikerin seit 1991

Die Reinkarnationstherapie geht davon aus, daß Ereignisse und Begegnungen aus früheren Leben auch in diesem Leben noch problematisch wirksam sein können, blockieren können.

Ich berate Sie gerne dazu: 07522 / 915 7733

[www.reinkarnationstherapie-wangen-allgaeu.de](http://www.reinkarnationstherapie-wangen-allgaeu.de)

Vortrag am 9.1.2019 beim Naturheilverein Bodensee

**Ceres**  
Naturwaren Bio-Café

Lindauer Straße 87  
88239 Wangen  
Fon 0 75 22-57 00  
Fax 0 75 22-85 17  
ceres@t-online.de  
[www.naturkost-ceres.de](http://www.naturkost-ceres.de)

**Öffnungszeiten**  
Montag-Freitag  
7.30 Uhr - 13.00 Uhr  
14.00 Uhr - 18.30 Uhr

Samstag  
9.00 Uhr - 13.00 Uhr

**RE LUX** Manufaktur für Gesundheit

## Aufbauende Energien Erleben

- Harmonisierung bei Elektromog
- Stärkung der Lebenskräfte
- Vitalisierung von Trinkwasser

**Werksführungen bei ReLux  
mit 5% Vor-Ort-Rabatt am:**

14.12. 25.01.19 22.02.19  
(jeweils von 16:00 - 17:30 Uhr)

**5%  
Rabatt**

ReLux GmbH Tel.: 07554 - 987 270 [www.re-lux.eu](http://www.re-lux.eu)

## Werte schaffen - Regionen stärken

Vernetzungstreffen in Friedrichshafen  
an der Zeppelin Universität am 02. Dezember 2018  
von 11:00 bis 15:00 Uhr

"wirundjetzt e.V." lädt herzlich seine Kooperationspartner, Akteure und andere Netzwerke und Initiativen ein, um gemeinsam mit Renn.süd und Akteuren der ZU zu überlegen, wie können wir im Frühjahr 2019 eine weitere Mitmach-Konferenz organisieren? Was ist dafür notwendig, wer möchte sich beteiligen in der Planung und Organisation? Wer könnte Kooperationspartner für die Veranstaltung sein? Auch die Schweisfurt Stiftung hat wieder großes Interesse den Prozess zu verfolgen und evtl. zu begleiten.

Immer mehr Netzwerke und Initiativen schaffen neue Strukturen, wo die Bündnisse eine große Kraft entwickeln und dadurch ganz neue Bereiche erreicht und integriert werden können. Es wird Raum geben für ein sich kennen lernen und im Austausch zu sein und es wird 2 Arbeitsphasen geben, wo an verschiedenen Themen die Idee der Vernetzung weiter entwickelt werden kann.

Als großes Ziel ist die Umsetzung einer nachhaltigen Konsum Messe, den Heldenmarkt im Herbst 2019 an den Bodensee zu holen. Diesen Heldenmarkt am Bodensee 2019 wollen wir mit den Impulsen der Mitmach-Konferenz verbinden und somit zu einem großartigen Begegnungsraum der Inspiration für die gesamte Bodenseeregion im Wirtschaftsleben, im Rechtsleben und im Gesellschaftsleben initiieren.

Wer Interesse hat dabei zu sein, darf sich gerne bei wirundjetzt melden. Ideen, Kontakte, Ressourcen sind herzlich willkommen.

Infos: [www.wirundjetzt.org](http://www.wirundjetzt.org)

## Die Vision einer essbarblühenden Stadt Dornbirn Wirklichkeit werden zu lassen

Eine private Initiative hat sich zum Ziel gesetzt, Dornbirns öffentliche und ungenutzte Flächen unter biologischer Bewirtschaftung aufblühen und essbar werden zu lassen, sie ihrem Potenzial nach Stück für Stück in einen lebendigen und erlebaren Ort für Dornbirns Bewohner- und BesucherInnen zu verwandeln und einen Beitrag zur Erhaltung der Insekten- und Vogelwelt zu leisten. Gestartet wird ab Februar 2019 auf einer Fläche im Inatura-Stadtpark. Geplant sind Hochbeete, ein kleiner Acker, Kräuter- und Wildpflanzenbeete, Beerensträucher, ein Gartenpavillon mit Sitzgelegenheit und natürlich eine Blühwiese für Insekten

Info: [www.mit.einander.at/dornbirn](http://www.mit.einander.at/dornbirn)



# Zhineng Qigong

## Ein guter Weg zur ganzheitlichen Gesundheit

Immer wieder erlebe ich Gespräche wie dieses hier: "Interessant, Sie unterrichten Zhineng Qigong. Das finde ich gut. Qigong habe ich auch mal gemacht; damals in der Reha-Klinik. Es hat mir gutgetan." oder "Ich mache aber Zhineng Qigong, eine modere Form, die eine große und schnelle Wirkung auf die Gesundheit hat." oder "Ach ein medizinisches Qigong. Das sind doch die speziellen Übungen bei bestimmten Krankheiten?"

Zhineng Qigong zu üben ist bei allen Krankheiten gut und besonders bei denen, die noch nicht aufgetreten sind. Zhineng Qigong schult das Bewusstsein und wirkt positiv auf die Psyche. Der Ursprung von Qigong liegt in China. Dort ist es eine sehr alte Methode um mit verschiedenen Übungen den Körper gesund und fit zu erhalten. Die Ursprungsform des traditionellen Qigong liegt zirka 2000 Jahre zurück und war in dieser Anfangsform eine stille Meditation. In der Kontemplation kommt der Geist zur Ruhe und mit ihm auch der Körper, ähnlich wie im Schlaf. Die jeweiligen religiösen Strömungen fanden ihren Niederschlag in den Übungen. Das ist der Grund, weshalb wir heute ca. 3000 verschiedene Qigong Formen antreffen. Sie unterscheiden sich alle etwas in der Form der Übungen und der inneren Ausrichtung.

Zhineng Qigong ist die Qigong-Form der heutigen Zeit, denn die Übungen sind leicht erlernbar und wirken besonders schnell und intensiv. Möglich ist das, weil der Begründer als Arzt der Traditionellen Chinesischen Medizin und der modernen westlichen Medizin ist. Er hat alle "Filet"-Stücke miteinander kombiniert. In einem Krankenhaus wurden viele 100-tausend Patienten nur mit Zhineng Qigong sehr erfolgreich behandelt. Die Leitgedanken bei Zhineng Qigong sind: Körper, Geist und Seele (höheres Bewusstsein) sind eine Einheit. Entsprechend ist auch das Übungskonzept aufgebaut.

In der ersten Stufe steht der ganze Körper im Vordergrund. Hier geht es darum, dass wir uns als lebendiges Wesen wieder fühlen können und über die Übungen Lebensenergie von außen aufnehmen. Im Alltag liegt unsere Aufmerksamkeit in der Regel im Außen. Wir schauen, was zu tun ist. Wir betreiben Sport, um fit zu sein. Wer spürt schon währenddessen in sich rein mit der Frage, ob es dem Körper und somit mir wirklich guttut. Bei sehr vielen Menschen stehen die erbrachte Leistung und der damit verbundene Erfolg im Fokus. Bei den Zhineng Qigong Übungen wird nicht mit Kraft gearbeitet. Die Bewegungen sind alle sanft, rund, harmonisch und trotzdem erscheinen sie kraftvoll. Die Kraft kommt aber nicht aus den Muskeln, sondern das Bewusstsein leitet die Bewegungen. So ist es eigentlich unmöglich, dass sich jemand eine Muskelzerrung oder ähnliches zuzieht. Zu den Bewegungsübungen kommen noch spezielle Meditationen dazu. Hier werden wieder die Konzentrationsfähigkeit und das innere Fühlen geschult.

Ziel der Übungen ist, dass der Mensch sich auf allen Ebenen entspannt. Nur in diesem Zustand sind wir durchlässig für die Lebensenergie Qi. Diese Lebendigkeit zieht dann wieder in alle Bereiche ein und bewirkt, dass alles in uns wieder richtig arbeiten kann. Die Selbstheilungskräfte werden uneingeschränkt aktiviert. In diesem Stadium ist es auch möglich, die belebenden Energien aus der Umgebung in uns aufzunehmen.

Nachdem wir frische Lebensenergie aufgenommen haben, wird in der zweiten Stufe die Energieverteilung im Körper in Balance gebracht. Die Übungen wirken auf bestimmte Bereiche des Körpers. So kann gezielt die Beweglichkeit gefördert oder wiederhergestellt werden. Auch hier wird wieder in derselben inneren Haltung geübt. Das ist der Unterschied zur Krankengymnastik.

In der dritten Stufe unterstützen die Übungen die inneren Organe und die Balance der Gefühle. Alle Übungen sind so ausgewählt, dass sie leicht zu erlernen und auszuführen und sicher sind. So ist es auch möglich, sie zuhause zu praktizieren. Sinnvoller ist es natürlich, in der Gruppe mit einem gut

ausgebildeten Lehrer/in zu üben. Es ist wichtig zu verstehen, was wir warum tun. Dann fließt das Erlernte in unseren Alltag ein. Wir werden immer selbstbewusster und eigenverantwortlicher. Da ja alles eine Einheit ist, leben wir selbstverständlich im "Hier und Jetzt" und im "Füreinander und Miteinander". Das Leben wird automatisch auf eine positivere Schiene gesetzt.

Zhineng Qigong ist in meinen Augen das Konzept, dass alle Bereiche des menschlichen Seins in Harmonie bringt. Ich bin so begeistert davon, dass ich es nicht nur unterrichte, sondern auch Lehrer ausbilde.

- Aranja Probst -

Infos: [www.allgaeu-zhinengqigong.de](http://www.allgaeu-zhinengqigong.de)

Psychotherapie, Kunsttherapie  
Malthherapie, Plastisches Gestalten,  
Arbeit am Tonfeld®



Einzel und Gruppen

**Margot Jetter**

Dipl. Kunsttherapeutin (FH)  
Heilpraktikerin für Psychotherapie

Kostenbeteiligung von  
Krankenkassen möglich

Heinrich-Emerich-Str. 12  
88662 Überlingen, Tel. 0 75 51 - 97 07 99  
[www.kunsttherapie-ueberlingen.de](http://www.kunsttherapie-ueberlingen.de)



## Ayurveda ist anders...

Schon vor tausenden von Jahren entdeckten die Veden, die Weisen des alten Indien, dass die Menschen ganz unterschiedliche Stoffwechselltypen (die sogenannten Doshas) besitzen. Ayurveda - das Wissen vom Leben ist eine Kombination aus Erfahrungswerten und Philosophie, die sich auf die für menschliche Gesundheit und Krankheit wichtigen physischen, mentalen und emotionalen Aspekte konzentriert. Dadurch hat Ayurveda einen ganzheitlichen Anspruch in der Gesundheitsküche.

Für gesunde und ausgewogene Ernährung sollte immer Zeit sein. Lebensmittel sollten ihrem Namen als Mittel zum Leben gerecht werden. Die ayurvedische Küche ist weit mehr als ein strikter Speiseplan. Im Gegenteil, man kann wirklich tolles Essen zubereiten, das nicht nur satt macht, sondern einem richtig gut tut und den Körper zusätzlich noch unterstützt.

Damit unterscheidet sich die ayurvedische Ernährungsweise von den unzähligen Diäten und Dogmen. Ayurveda ist anders - jeder verträgt bestimmte Speisen besser oder schlechter, mag süße oder salzige Speisen und verbrennt mehr oder weniger Kalorien. Manche haben einen höheren Kalorienverbrauch, manche essen gerne scharf usw. Die Ayurveda Küche versucht eine Verbindung aus alten Traditionen und aktuellen Bedürfnissen herzustellen.

In einem Ayurveda-Kochkurs bekommt man inspirierende Anregungen aus der ayurvedischen Küche - Kochen mit verschiedenen Gewürzmischungen, typisch ayurvedische Gerichte, die für jeden Dasha-Typ geeignet sind und alle Elemente vereinen. Ayurvedische Küche ist lecker und bereichernd und bringt auf jeden Fall etwas Abwechslung in den alltäglichen Speiseplan.

Für Interessierte werden "Ayurveda Einsteiger Tage" in Friedrichshafen am 12. Januar, 23. Februar und 06. April, jeweils von 12:00 - 18:00 Uhr angeboten.

- Astrid Siegert /Ayurvedaköchin & Yogalehrerin -

Info: [www.yogaonline-bodensee.com](http://www.yogaonline-bodensee.com)

## etepetete:

### schlau - frisch - anders!

#### Die Bio-Kiste mit krummem Gemüse und Obst

Immer wieder beeindruckt bin ich von jungen Menschen mit neuen, spritzigen, guten Ideen, die die Welt besser machen sollen. "etepetete" steht auf dem ersten Paket, das ich an meiner Wohnungstüre entgegen nehme und "Direkt vom Feld in Deine Box - Du bist ein Gemüseretter". Nachdem ich vieles auf der Website erfahren hatte, habe ich mich dazu entschlossen im zweiwöchigen Rhythmus solch ein Paket zu bestellen, da ich kein Auto besitze mit dem ich bequem meine Einkäufe machen könnte und Wert auf gesunde Lebensmittel lege.



Voll Freude habe ich das Paket geöffnet, habe krumme Möhren ausgepackt, kleine Orangen, violette Kartoffeln. Da ich ungern nach Rezept koche und diese mehr als Anregung denn als Vorgabe empfinde, ist es für mich immer eine Überraschung was auf dem Teller landet, denn der Blick in den Kühlschrank bringt mir die Idee, was zusammen passen könnte. So kommt mir das Angebot von "etepetete" sehr entgegen, nicht zuletzt weil mich auch die Firmenphilosophie die dahinter steht beeindruckt hat: "Nur das Beste essen, Rücksicht auf die Natur nehmen und die Arbeit von Bio-Landwirten wertschätzen". Seit Juli 2015 werden in einer kleinen Packhalle im Münchner Westen die ersten Boxen gepackt.

#### Lebensmittelverschwendung

Ein erheblicher Teil einer Ernte bleibt ausschließlich aufgrund seines Aussehens auf dem Feld liegen, wird vernichtet oder zur Energiegewinnung zweckentfremdet. Dabei wird nicht nur das Gemüse weggeworfen, auch die Arbeit, das Wasser und der CO2 Ausstoße sind umsonst. Die Vernichtung von Lebensmitteln ist schlimm, aber noch schlimmer ist, wenn das mit BioGemüse und BioObst geschieht. "etepetete" hat zusammen mit einem Netzwerk an Bio-Bauern ein Auffangbecken für "extravagant" aussehendes Obst und Gemüse geschaffen. Dieses wird frisch vom Feld in die "Retterbox" gepackt und bis an die Haustür gebracht.



#### Keine Abfälle durch Überbestellungen

Supermärkte können nicht genau planen, wie viele frische Lebensmittel ihre Kunden letztendlich kaufen. Dadurch kommt es in der Regel zu Überbestellungen, die am Ende oft im Müll landen. Da jede Woche genau bekannt ist wie viel Obst und Gemüse die Kunden bestellen und nicht auf schön gefüllte und ansprechende Regale geachtet werden muss, wird nur so viel bestellt wie gebraucht wird.

#### Überzogene Normen

Nicht bei "etepetete", denn da kommt alles in die Kiste. Die Partnerlandwirte können sich ganz auf nachhaltigen Anbau konzentrieren, denn am Ende zählt nur der Geschmack. Es wird alles gepackt was vom Feld kommt - egal ob krumm oder schief - Hauptsache frisch und gesund.

#### Kürzere Lieferkette

Obst und Gemüse aus dem Supermarkt legt oft einen langen Weg zurück bis es in den Regalen landet, denn die Lieferkette reicht von Vermarkter und Großhandel bis hin zu Verpackungsbetrieben und Verteilern. So viele Stationen sind total ineffizient. Daher kauft "etepetete" Gemüse und Obst direkt vor Ort, verpackt selbst und schickt die Box mit einem CO2-neutralen Versand auf den Weg.

#### 100% BIO

Das Gemüse und Obst kommt von Bio-Landwirten, die bereits beim Anbau auf umweltschonende Methoden achten. Dadurch profitiert nicht nur die Natur, denn ohne Überzüchtung und Überdüngung schmeckt's einfach viel besser.

#### Anbauplanung

Die Lieferanten können ihren Anbau so nachhaltig und ertragreich wie möglich gestalten. Seit 2017 wird mit einigen Partnern daran gearbeitet, zusammen Felder zu beplanen. Diesen Landwirten wird so Planungssicherheit garantiert und es muss nach der Ernte nichts weggeworfen werden.

- Gabriele Bossert -

Infos:

[www.etepetete-bio.de](http://www.etepetete-bio.de)



Wie schön ist es,  
dass man nicht  
eine Sekunde warten muss,  
um damit zu beginnen,  
die Welt zu verbessern.

- Anne Frank (1929-1945) -

## Aufbruch ins Unbekannte

### Die Klassische Moderne am Bodensee

Ausstellung im Zeppelin-Museum Friedrichshafen  
11. Dezember 2018 bis 12. Mai 2019

Die erste Hälfte des 20. Jahrhunderts war die Zeit des Aufbruchs in der Kunst, junge radikale Künstler verschiedener Strömungen lagen im Wettstreit miteinander. Werke von u. a. Otto Dix, Willi Baumeister und Erich Heckel aus der Sammlung des Zeppelin Museums machen diese Kontraste eindrucksvoll deutlich. Es war aber auch die Zeit beider Weltkriege und der totalitären Systeme in Europa.

Die Region am Bodensee hatte große Bedeutung als Zufluchtsort für Künstler in der inneren Emigration während der NS-Diktatur. Zahlreiche gegenständliche und abstrakte Arbeiten der Ausstellung zeigen den Kampf um neue Ausdrucksformen in der Malerei der Klassischen Moderne. Anschaulich wird die Dynamik der Zeit auch an Druckgrafiken verschiedener KünstlerInnen und den Fotografien von Andreas Feininger. Weitere KünstlerInnen: Max Ackermann, Willi Baumeister, Karl Caspar, Maria Caspar-Filser, Otto Dix, André Ficus, Karl Hájek Kunze, Erich Heckel, Carl Hofer, Adolf Hölzel, Hans Purrmann.

Info: [www.zeppelin-museum.de](http://www.zeppelin-museum.de)



# Die schönere Welt, die unser Herz kennt, ist möglich

- ein Abend mit Charles Eisenstein

Dass es für große Veränderungen immer auch große Schritte braucht – mit diesem Vorurteil räumt Charles Eisenstein an diesem Abend auf. Vielmehr sagt er: Jede Veränderung, die irgendwo geschieht, erlaubt, dass genau diese Veränderung auch an anderer Stelle geschieht. Wie ein Stein, der ins Wasser geworfen sich ausbreitende Kreise bildet – egal, ob es sich um ein Engagement auf politischer oder wirtschaftlicher Ebene handelt, um ein Lächeln, ein gutes Wort oder die Pflege eines anderen Menschen.

Dass uns unser eigenes Engagement oft viel zu klein und unwirksam vorkommt, hat für ihn auch viel mit den Geschichten zu tun, die wir uns selbst jeden Tag erzählen. Davon, dass die kleinen Schritte, die wir jeden Tag tun, die Mutter, der Großvater, um die wir uns vielleicht kümmern, zu keiner wirklichen Veränderung in der Welt führen würden. Dass wir uns doch lieber um die großen Probleme, den Klimawandel, das Finanzsystem, die Regenwälder, um all das kümmern sollten. Dabei seien wir selbst es, die entscheiden, ob wir diese alte Geschichte weiter leben oder damit beginnen wollten, neue Geschichten zu erzählen und zu leben.

Und er fragt: What do we worry about? Wovor fürchten wir uns eigentlich? Und erzählt von einem Mann aus dem Westen, der eine Gruppe von afrikanischen Kindern zu einem Wettbewerb auffordert. Wer der Schnellste sei, bekomme einen Bananenstrunk. Doch als der Wettbewerb beginnt, nehmen alle Kinder die Bananen zusammen in die Hand und tragen sie zu jenem Mann. Dieser fragt den eigentlich flinksten Jungen: Warum hast du die Bananen nicht für dich alleine behalten? Du hättest doch gewinnen können! Der Junge sagt: Ubuntu! Wie kann ich glücklich sein, wenn meine Freunde es nicht sind?

Es sind diese Geschichten, die sich durch den Abend ziehen und die immer wieder deutlich machen, wie sehr wir alle von der Geschichte geprägt sind, mit der wir aufgewachsen sind und in der wir leben. Und dann spricht Charles Eisenstein von Interbeing, davon, dass alles – und wir alle – miteinander zusammenhängt, verbunden ist. Dass alles, was ich gebe, zu mir zurückkommt. Dass alles, was ich tue, eine Wirkung hat. Er spricht von der kreativen Kraft, Dinge in die Welt zu sprechen. Von Synchronizitäten, Fügungen, davon, im Fluss zu sein.

Und davon, dass wir einander immer wieder daran erinnern sollten, dass wir nicht etwa verrückt seien, weil wir spürten, dass das Alte für uns nicht mehr funktioniert. Dass wir nicht verrückt seien, weil wir uns alleine fühlten, nicht mehr gesellschaftsfähig. Sondern dass wir uns immer wieder bewusst machen dürften, dass da schon heute ein ganzes Feld anderer Menschen sei, die das Gleiche spürten, wie wir selbst. Dass wir uns gegenseitig daran erinnern dürften. Es spüren. Wieder und wieder.

- Sabrina Gundert -

Sabrina Gundert ist Autorin der beiden Bücher "Auf dem Herzensweg" und "Hab Mut und geh". Sie begleitet Frauen und Männer mit ihren Coachings, Seminaren, Büchern und den persönlichen Seelenbotschaften auf dem Weg zurück zu sich selbst, in ihre Kraft und damit zu dem, was ihnen wirklich wichtig ist.

Dieser Text ist in ihrem Printmagazin "Verbundensein" erschienen.

Info: [www.sabrinagundert.de](http://www.sabrinagundert.de)  
[www.magazin-verbundensein.de](http://www.magazin-verbundensein.de)  
[www.charleseisenstein.net](http://www.charleseisenstein.net)



## SamenFest bei Rapunzel

Die beliebte Saatgutbörse geht in die siebte Runde  
Am 26. Januar 2019 findet das nächste SamenFest bei Rapunzel in Legau statt.

Können wir selbst einfach so Saatgut vermehren und damit Gemüse nachziehen? In vielen Fällen nicht (mehr)! Der Großteil von Supermarkt-Gemüse sind Hybrid-Sorten, die keine fruchtbaren Nachkommen produzieren können. Das gilt sogar für viele Tomaten, Gurken und andere Pflanzen aus dem Bio-Bereich.

Die Folge ist, dass die Landwirte abhängig sind von den wenigen Saatgutfirmen wie Monsanto, die den Markt beherrschen. Rapunzel stellt sich mit dem SamenFest gegen diese Entwicklung: Es weist auf diese wichtige Eigenschaft von Saatgut hin, das für nachbaufähiges Gemüse steht. Die Förderung von Bio-Saatgut ist somit ein wichtiger Beitrag für die Zukunft.

Ob junge Familien, öko-affines Kernpublikum oder ältere Herrschaften, die seit jeher selbst anbauen, alle können sich freuen auf zahlreiche Angebote zum Austausch von samenfestem Saatgut und von Gartengeheimnissen.

Denn alles was einmal wächst, beginnt mit der Saat!  
Gehaltvolle Vorträge garantieren die Referenten Markus Gast, Christian Herb, Simone Kern und Markus Strauss.

Das SamenFest hat sich als Treffpunkt und Börse für das Bio-Gärtnern etabliert. Immer mehr Menschen besinnen sich in Zeiten der durchindustrialisierten Landwirtschaft auf den nachhaltigen grünen Daumen.

Info: [www.rapunzel.de](http://www.rapunzel.de)

Zum selben Thema zeigt Rapunzel auch einen Film  
"Unser Saatgut - wir ernten, was wir säen",  
15.01.2019, 18:00 & 20:00 Uhr, Kino bei Rapunzel, Legau

**Camphill  
Werkstätten  
Hermansberg**

# Wunsch- teppich

**schadstofffrei**  
individuell angefertigt  
**sozialfair handgewebt in Deutschland**  
**100% Naturfasern Schafwolle** · 130 €/qm  
**[www.hermansberg.de](http://www.hermansberg.de) · 07552 260122**

Sie können die welle auch online lesen  
[www.die-welle.org](http://www.die-welle.org)



## ARKANUM

Praxis für Therapie

Hans-Peter Regele  
Dipl. Heilpädagoge und  
Heilpraktiker

Enzisweilerstraße 16, 88131 Lindau, Tel. 08382 - 27 52 12  
hans-peter@regele-arkanum.de, www.regele-arkanum.de

Durch meine Arbeit möchte ich einen Raum schaffen, in dem sich die Seele offenbaren, sich aus Verstrickungen lösen und im Fluss der Liebe heiler werden kann.

### Angebote in 2018 / 2019:

- Familienaufstellungen (Systemaufstellungen)
- Systemische Einzeltherapie (begleitete Seelenreisen)
- Astrologieberatungen - homöopathische Therapie
- ARKANUM - Lebensschule - begleitete Wege in die Freiheit
- Bewegungen des Geistes (Astrodrama) - 10 Abende ab 03/2019

## Sommers Weltliteratur to go

Michael Sommer – studierter Literaturwissenschaftler, Regisseur, Autor und Dramaturg – sah sich im Herbst 2013 mit der Aufgabe konfrontiert, bei einer Einführungsveranstaltung zu der Inszenierung von Dantons Tod am Theater Ulm die Handlung des Stückes kurz und unterhaltsam zusammenzufassen. Heraus kam eine halb improvisierte Performance, die auf Video dokumentiert und zu YouTube gestellt wurde. Da anderthalb Jahre später einige Tausend Besucher das kleine Video angeschaut hatten, entwickelte der Künstler eine Reihe daraus - "Sommers Weltliteratur to go" war geboren. Mit wachsender Resonanz wurden ab Januar 2015 wöchentlich neue Videos produziert, in denen Playmobilfiguren alle Rollen spielen.

Am Freitag, den 22. Juni 2018 ist "Sommers Weltliteratur to go" sogar mit einem Grimme Online Award in der Kategorie "Kultur und Unterhaltung" ausgezeichnet worden. Die Preisverleihung fand in der Kölner Flora statt.

Die kurzen Videos auf YouTube sind hilfreich für Oberstufen-schülerInnen, die schnell und höchst amüsant den Inhalt großer Literatur erfahren möchten, aber auch für ältere Semester um Appetit zu bekommen auf das nächste Buch aus der großen Reihe der Weltliteratur.

Seit Sommer 2015 unterstützt der Reclam Verlag dieses Projekt. Auf dessen Seite findet man die neuesten Videos. Oder einfach bei YouTube "Sommers Weltliteratur to go" eingeben.

- Gabriele Bossert -

Info: [www.sommers-weltliteratur.de](http://www.sommers-weltliteratur.de)

# RADIX

naturkost

TUTTLINGERSTRASSE 78333 STOCKACH  
FON 07771/6804 FAX 07771/916531  
[www.wewe.radix-naturkost.de](http://www.wewe.radix-naturkost.de)

## NACHRICHTEN:

### Alternative Nobelpreise vergeben

Abdullah al-Hamid, Mohammad Fahad al-Qahtani und Waleed Abu al-Khair aus Saudi-Arabien bekommen für die Gründung der Saudi Civil and Political Rights Association den Alternativen Nobelpreis 2018. Die Organisation, die sich für Gewaltenteilung und Gleichberechtigung der Geschlechter einsetzt, ist in Saudi-Arabien verboten und die drei Geehrten sitzen in Haft.

Ein weiterer Preisträger ist Yacouba Sawadogo, Bauer in Burkina Faso, der traditionelle Pflanztechniken zur Wiederaufforstung in der Sahelzone entwickelte.

Auch der dritte Preisträger, der australische Agrarwissenschaftler Tony Rinaudo, befasst sich mit dem Kampf gegen Dürre. Er entwickelte eine Methode, um Wüstenbildung aufzuhalten. Den alternativen Nobelpreis verleiht jedes Jahr die Right Livelihood Award Stiftung.

### Bürgerbewegung

Prof. Dr. Peter Bofinger, Mitglied des Sachverständigenrats, Ex-Arbeitsminister Norbert Blüm (CDU), Prof. Dr. Gesine Schwan (SPD), Ex-Innenminister Gerhart Baum (FDP) und Dr. Axel Troost (Linke) sind Gründungsmitglieder der Bürgerbewegung "Finanzwende" e.V., die von dem Grünen-Politiker Gerhard Schick initiiert worden ist. Er will Ende des Jahres sein Bundestagsmandat niederlegen. Die Initiative startete am 15. September 2018, dem zehnten Jahrestag der Finanzkrise, die durch die Pleite der US-amerikanischen Investmentbank Lehman Brothers ausgelöst wurde. Die Mitglieder kritisieren, dass das Bankensystem nicht nachhaltig reformiert wurde und noch immer Banken aus Steuermitteln gerettet würden. Sie wollen für eine grundlegende Reform kämpfen und eine breite gesellschaftliche Debatte initiieren.

Quelle: *Nachrichtendienst Bürgergesellschaft 9.2018*

### Bildungspaten, Demokratieprojekt, Picknick

Junge Menschen, die studieren, eine Ausbildung oder einen freiwilligen Dienst absolvieren und in den Duisburger Brennpunktstadtteil Marxloh ziehen, können dort ein Jahr lang mietfrei wohnen, wenn sie sich im Gegenzug als Bildungspaten für Kinder in dem Stadtteil engagieren. In dem Stadtteil stehen viele Wohnungen leer und die Sozialstruktur soll verbessert werden. Das Projekt hat den mit 10.000 Euro dotierten ersten Platz beim Nachbarschaftspreis gewonnen.

Weitere Preisträger sind ein Demokratieprojekt für junge Menschen in Anklam und ein Picknick in Saarbrücken für Menschen aus allen Alters-, Herkunfts- und Einkommensgruppen, das den sozialen Zusammenhalt fördern soll. Im Vorfeld der Preisvergabe hatten mehrere Initiativen ihre Bewerbung aus Protest gegen die Flüchtlingspolitik von Bundesinnenminister Horst Seehofer (CSU) zurückgezogen, der daraufhin seine Schirmherrschaft über den Preis niederlegte

Quelle: *bürgerAktiv*

### Erster Lehrstuhl für Integrative Medizin in Baden-Württemberg

Die Universität Tübingen richtet eine neue Professur für Naturheilkunde und Integrative Medizin ein, die ihren Sitz am Stuttgarter Robert-Bosch-Krankenhaus (RBK) haben wird. Das gaben Mitte Oktober 2018 das Land Baden-Württemberg, die Robert Bosch Stiftung GmbH, das Robert-Bosch-Krankenhaus und die Universität Tübingen bekannt. Mit diesen Plänen wird eine Ankündigung aus der schwarz-grünen Koalitionsvereinbarung umgesetzt.

Quelle: *Ministerium für Wissenschaft, Forschung und Kunst Baden-Württemberg*

Sie können die welle auch online lesen  
[www.die-welle.org](http://www.die-welle.org)



## Aus der Anthroposophischen Bewegung: Zweige und Arbeitsgruppen

Es gibt in unserer Region viele Einrichtungen und Initiativen, die auf der Grundlage der Anthroposophie, der Geisteswissenschaft gegründet von Dr. Rudolf Steiner, arbeiten. Nicht alle sind der Anthroposophischen Gesellschaft mit Hauptsitz am Goetheanum in Dornach (Schweiz) angeschlossen.

In unserer Region gibt es viele Zweige - so sind die Zusammenkünfte der Mitglieder der Anthroposophischen Gesellschaft benannt - mit Arbeitsgruppen zur Einführung und fortlaufenden Themen. Meist wird an Büchern der Gesamtausgabe (GA) von Dr. Rudolf Steiner gearbeitet. Darüber hinaus gibt es freie Arbeitsgruppen. Bei Interesse können Sie jede der aufgeführten Personen anrufen.

### Achberg

Saint Germain-Zweig Achberg:

**Mittwochs** 19:30 Uhr, ab dem 3.12.2018: Vorträge von Rudolf Steiner, die er ab November 1918 zur Erneuerung der sozialen Struktur kurz nach dem Ende des 1. Weltkrieges und der Ausrufung der ersten deutschen Republik gehalten hat. Humboldt-Haus, Achberg, Herbert Schliiffka: 08380 - 488

### A - Bregenz

Columbanzweig Bregenz:

**Montags**, Zweigabend 19:30 - 21:00 Uhr Waldorfschule, A-6900 Bregenz, Thalbachbergstraße, Information: inge@purrucker.at

### Deggenhausertal, Lehenhof

Tycho de Brahe-Zweig,

**Mittwochs** 20:15 Uhr, **Theosophie (GA 9)**

**Anthroposophische Leitsätze (GA 26)**

Bibliothek Lehenhof,

Rainer Dölling: 07555- 80 11 27 oder 80 11 64

### Heiligenberg

Lukas-Zweig Heiligenberg:

**Mittwochs**, 19:30 Uhr: **Zweigabend**

**Jahresmotiv: Grundsteinspruch.**

**Vertiefung des "Übe Geist-Besinnen"**

**Donnerstags**: 09:15 Uhr, **Seelenkalender und Tierkreisstimmungen als Selbsterkenntniswege, Welche Bedeutung hat die okkulte Entwicklung....(GA 145), Wandlungen der Seele als Grundlage der Kulturepochen.**

Auskünfte bezüglich Textgrundlage u. Treffpunkte bei Elke Haarnagell- Baur 07554 - 99 09 51

### Herdwangen - Schönach

Alanus-ab-Insulis-Zweig Lautenbach:

**Mittwochs**: 20:00 Uhr, Konferenzraum Weberhaus, Auskünfte über Textgrundlage, Arbeitsweise usw. bei Freia Adam 07552 - 382 689

### Kreuzlingen / Konstanz

Johannes Hus Zweig, Kreuzlingen/Konstanz  
www.johannes-hus-zweig.ch

**Mittwochs**: 19:30 Uhr, **Briefe an die Mitglieder Sonderdruck GA 260a,**

**ab 03.10. 5. Karmaabend GA239**

Rudolf Steiner Schule, CH-Kreuzlingen

Lydia Kauer 07531 - 32291

zuvor 18:45 - 19:15 Uhr, **Wie erlangt man Erkenntnisse der höheren Welten GA10,**

Arbeitsgruppe Kaufmann

**Dienstags**: 18:00 - 19:00 Uhr, **Kernpunkte der sozialen Frage** von Rudolf Steiner, **Aufsätze zur Dreigliederung**

Die Christengemeinschaft, Konstanz,

Johannes Bäschlin 0041- 716 90 08 64,

Carol Baerg 0041- 716 71 18 11

### Lindau

Evangelien-Arbeitskreis Lindau / Anthroposophischer Lesekreis

**Mittwochs**: 15:30 Uhr, ausser in den Schulferien, (gemeinsames Lesen der Evangelien unter Berücksichtigung der anthroposophischen Geisteswissenschaft Rudolf Steiners), Barbara Wahl, Stromayrweg 2, 88131 Lindau  
Tel. 08382 - 2773735

### Ravensburg

**Dienstags**: 19:30 - 21:00 Uhr, 14-tg., **Rudolf Steiner: Offenbarungen des Karmas**, Hochbergstrasse 49, Ravensburg, Auskunft: Iris Groß und Alfred Kühlborn, Tel. 0751- 79 15 54

Michael - Zweig:

**Mittwochs**, 19:30 Uhr, **Über Gesundheit und Krankheit TB 722**, Konrad Pütz, Minnegg Str.2, 88214 Ravensburg, Tel/Fax: 0751- 352 42 97

### Radolfzell

Franz-Marc-Zweig:

Info: Marga Haerlin: 07732 - 5 43 30

### Salem

Kaspar-Hauser-Zweig:

**Mittwochs**, 20:00 Uhr, **Die Apokalypse des Johannes (GA 104)**, Hofgut Rimpertweiler 3, 88682 Salem-Oberstenweiler, Info: Elisabeth Beringer: 07553 - 9 27 99 94, info@elisabeth-beringer.de. Die Steiner-Ausstellung ist neu gedruckt und kann wieder ausgeliehen werden.

### CH - St. Gallen

**Ekkehard-Zweig St.Gallen**, Zweigraum Rorschacherstrasse 11, Eingang Museumstrasse  
Auskunft: Christoph Wirz 0041(0)71 245 25 71, Hermann Schölly 0041(0)71 244 59 07  
anthroposophie.ekkehard-zweig.sg@gmx.ch

Kurse und Arbeitsgruppen:

**Montags**: 19:45 Uhr, **Zweigabend für Mitglieder**

**Dienstags**, 18:30 Uhr, 14-tägig, **Philosophie der Freiheit** im Überblick.

Moderation Heiner Frei, Tel. 071 244 03 86  
Auskunft u. Anmeldung: fabian.kurth@epost.ch  
19:00 Uhr, Philosophische Grundlagen der Anthroposophie mit Ausblicken in verschiedene Gebiete, Kurs

Leitung: Heiner Frei, Tel. 071 - 244 03 86

**Mittwochs**, 16:00 Uhr, Arbeit an Text und Vorträgen Rudolf Steiners

(Thema wird noch bestimmt)

Auskunft: Hermann Schölly,

Tel. 0041 (0)71 244 59 07

**Freitag** 07.09., 19:00 Uhr, Treffen der Arbeitsgruppe **Widar / Sterbekultur**,

Auskunft: Annelies Heinzelmann,

Tel. 0041(0)71 288 51 09

### Überlingen

Columbanzweig Überlingen, Rengoldshäuser Str.29, www.columbanzweig.de

**Zweig- und Gruppenarbeit:**

**Montags**: 11:00 Uhr, **Fercher von Steinwands Führung zum Gral**

17:00 Uhr, **Fichte - Deutscher Idealismus**,

Zweigraum Rengoldshäuser

Immanuel Klotz 0151 - 64 60 91 82

**Dienstags**: 08:30 Uhr **Hegel - Arbeitskreis**

Zweigraum Rengoldshäuser

Immanuel Klotz 0151 - 64 60 91 82

16:00 Uhr, **Vor dem Tore der Theosophie (GA 95)**

Uhldingen - Mühlhofen

Ingrid Mochner 07556-9199 70

19:00 Uhr, **Philosophie der Freiheit (GA 4)**

Waldorfschule Überlingen, Bibliothek

Immanuel Klotz 0151 - 64 60 91 82

20:00 Uhr, **Theosophie (GA 9)**

Buchhandlung ODILIA, Überlingen

Gabriele Fröhlich 0174 - 905 59 76

**Mittwochs**: 10:00 Uhr, **Das Markusevangelium**

**(GA 139)**, Zweigraum Rengoldshäuser

Wolfgang Peter 07551 - 91 61 28

19:15 Uhr, **Das Johannes-Evangelium im Verhältnis zu den drei anderen Evangelien (GA 112)**

Wohnstätte Haus Rengold, Bibliothek

Christel Stoß 07551 - 65 55 0

19:30 Uhr, **Zeitbetrachtungen**

**Das Johannes-Evangelium**

Wohnstätte Haus Rengold

Ingrid Mochner 07556 - 91 99 70

20:00 Uhr, **Inneres Wesen des Menschen und Leben zwischen Tod und neuer Geburt (GA 153)**

Überlingen - Deisendorf

Helga Erhart 07551 - 61 64 2

20:00 Uhr, **Theosophie (GA 9)**

Zweigraum Rengoldshäuser

Johanna Harms 07551 - 83 28 835

Elisabeth Wilde 07551 - 63 987

20:00 Uhr, **Die Weltgeschichte in anthroposophischer Beleuchtung (GA 233)**

Ralzhof Überlingen - Deisendorf

Brigitte v. Wistinghausen 07553- 82 84 53

**Samstags**: 15:00 - 19:00 Uhr, **Anthroposophische Leitsätze (GA 26)** 1x monatlich, Uhldingen-

Mühlhofen, Ingrid Mochner 07556 - 91 99 70

**Sonntags**: 10:30 - 12:30 Uhr, **Gruppe**

**"Weihnachtstagung", "Die Freie Hochschule für Geisteswissenschaft"**, Über den selbstver-

pflichtenden Umgang mit der 1. Klasse

- Für Interessenten offen -

Andreashof, Überlingen - Deisendorf

Anmeldung bei Patricia Schmidt 07551 -

9384 031 oder 0157 5439 0166

10:30 Uhr, **Klassenstunden im Gespräch**

nach Vereinbarung, Überlingen - Deisendorf

Helga Erhardt 07551 - 616 42

### Wahlwies

Interessenten an / und Infos zu einer anthroposophischen Arbeit in Wahlwies (auch zur Arbeit von Judith von Halle und des Forum Kultus)

Volker David Lambert, Tel. 07771 - 92 13 22

### Wangen im Allgäu

Kasper Hauser Zweig:

**Mittwochs**, 18:30 - 20:00 Uhr: **Das Johannes-Evangelium (GA 112)**, Freie Waldorfschule

Wangen, Auskunft: Volker Seelbach, 07522 -3994

**Donnerstags**, 17:00 Uhr: **Das Johannes-Evangelium**, Evangelienkreis der Christenge-

meinschaft Wangen, Pauluskirche,

Tel. 07522 - 296 16

### Taufe - Trauung - Bestattung

#### Der freie christliche Impuls Rudolf Steiners

Überkonfessionelles Handeln heute

**www.Forum-Kultus.de**

c.o. Herrensteig 18, D-78333 Wahlwies

Anderungen in der Zweigarbeit für die Frühjahrsausgabe bitte bis

**25. JANUAR 2019**

melden, schriftlich oder noch besser per Mail: info@die-welle.org

# IMPRESSUM

Ausgabe Nr. 87

DEZEMBER 2018,  
JANUAR und FEBRUAR 2019

## Redaktion und Herausgeber:

Interessengemeinschaft für  
Lebensgestaltung e.V.

Haus Mercurial  
Schwarzwaldweg 20  
Postadresse: Lange Gasse 43  
D-88239 Wangen im Allgäu  
www.ig-lebensgestaltung.de  
Tel. + Fax: 0 75 22 - 91 23 10

Webseite: www.die-welle.org

E-Mail: info@die-welle.org

Anfragen und Mitteilungen nehmen  
wir gerne entgegen.

## Anzeigen, Kleinanzeigen, Abonnements, Veranstaltungen,

Gestaltung: *Gabriele Bossert*

Tel. 07522 - 91 28 575

E-Mail: info@die-welle.org

## Redaktion: *Ingrid Feustel*

Tel. + Fax: 07522 - 91 23 10

E-Mail: info@die-welle.org

## Anzeigen: *Erich Hutter*

Tel.: 07528 - 9 15 81 65

Fax: 07528 - 9 15 81 66

E-Mail: hutter.neukirch@t-online.de

## Auf Anfrage senden wir Ihnen gerne unsere Mediadaten mit allen wichtigen Informationen zu.

Bankverbindung für Rechnungen  
und gerne auch für Spenden:  
Volksbank Allgäu-Oberschwaben e.G.  
IBAN: DE18 6509 1040 0150 4770 23  
BIC: GENODES1LEU  
USt-IdNr. DE218935501

Auf unserer Homepage finden Sie im  
**Archiv** die jeweils letzten Ausgaben  
der WELLE zum Nachlesen:

**www.die-welle.org**

## Druck: *Druckerei Kleb*

88239 Wangen-Haslach, Hauptstraße 4  
Tel. 0 75 28 - 92 90

www.druckerei-kleb.de

## Gedruckt auf 100% Altpapier

## Auflage und Verbreitungsgebiet:

6.000 Exemplare, kostenlos erhältlich  
rund um den Bodensee, im Dreiländer-  
eck Österreich, Schweiz, Deutschland,  
sowie Allgäu und Oberschwaben.

Für den Inhalt namentlich gekennzeich-  
neter Beiträge sind die Verfasser ver-  
antwortlich und spiegeln nicht immer  
die Meinung der Redaktion wieder.

Wir behalten uns die Kürzung von Bei-  
trägen vor. Für unverlangt eingesendete  
Texte, sowie die Richtigkeit von Veran-  
staltungsterminen, übernehmen wir  
keinerlei Gewähr.

## Redaktionsschluß

für die nächste WELLE, die

**Frühjahrsausgabe:**

**Montag,**

**25. JANUAR 2019**

## Information - Koordination - Kooperation Die kooperativen Mitglieder der Interessengemeinschaft für Lebensgestaltung e.V.

www.ig-lebensgestaltung.de

**Berger, Marianne**, Malerin,  
D-88239 Wangen, Tel. 07522 - 91 32 65

**Bewegt sein für mich und Dich e.V.**  
D-88239 Wangen, Te. 07522 - 284 88

**Bio-Stiftung Schweiz**, CH-4144 Arlesheim  
www.bio-stiftung.ch

**Bodenseeakademie**, A-6850 Dornbirn  
www.bodenseeakademie.at

**Ceres**, Naturwaren + Bücherstube  
D-88239 Wangen, www.naturkost-ceres.de

**Ekkharthof** - Leben aus anderer Perspektive  
CH-8574 Lengwil, www.ekkhartof.ch

**Eulenspiegels Kulturraum**  
D-88142 Wasserburg  
www.eulenspiegel-wasserburg.de

**Gerhard Reisch Stiftung**  
D-88214 Ravensburg  
www.gerhardreisch.com

**Haus Akron**, D-88147 Essersweiler,  
Tel. 08380 - 98 10 22

**Haus Mercurial**, D-88239 Wangen/All.,  
Tel. 07522 - 91 47 91

**Hottenlocherhof**, D-78357 Mühlingen,  
www.hottenlocherhof.de

**Internationales Kulturzentrum  
Achberg e.V., Humboldt-Haus**  
88147 Achberg, www.humboldt-haus.de

**Kulturpädagogische Arbeitsgemein-  
schaft Lindengarten e.V.**  
D-87764 Legau, www.lindengarten.de

**Lebensgarten Allgäu e.V.**  
87452 Altusried, Tel. 08373 - 92 39 91

**Lebenswerk Wangen e.V.**  
D-88239 Wangen, Tel. 07522 - 36 37

**Lichttalente e.V.**, Soziale Projekte  
D-87700 Memmingen  
www.familiengesundheit21.de

**Platanenblatt, Randel GmbH**  
D-88239 Wangen  
www.platanenblatt.de

**Soziale Skulptur e.V.**  
D-88147 Achberg-Essersweiler  
www.fiu-verlag.com

**Stiftung TRIGON**  
CH-4144 Arlesheim u. D-70186 Stuttgart  
www.stiftung-trigon.ch

**Talander Schulgemeinschaft e.V.**  
D-88239 Wangen  
www.talander-schule.de

**Tauschring Cambodunum**  
D-87435 Kempten  
www.tauschring-kempten.de

**Tauschring Lindau / Wangen**  
www.tauschring-liwa.de

**Tauschring Tauschen am See**  
www.tauschen-am-see.de

**wirundjetzt - hierundjetzt e.V.**  
www.wirundjetzt.org

**Wuggezer**, Bio.-Dyn. Gärtnerei  
D-88131 Lindau, www.biobodensee.de

**Yoga- und Freie Atemschule am  
Bodensee**, D-88662 Überlingen  
www.freie-atemschule.de

*An dieser Stelle möchten wir in Zukunft immer jeweils ein  
Mitglied des Trägervereins der Welle vorstellen.*

## Ekkharthof - Leben aus anderer Perspektive

Der Ekkharthof liegt eingebettet in grüner Wald- und Wiesenlandschaft, mit Sicht auf den Bodensee, oberhalb von Kreuzlingen, in Lengwil. Auf dem Gelände des Ekkharthofs wird gelebt, gelernt und gearbeitet. Im Einklang mit der Natur bietet der Ekkharthof über 200 Menschen mit Unterstützungsbedarf Lebens- und Entfaltungsraum. Hier erfolgt Seelenpflege durch ein ganzheitliches Menschenverständnis. In partnerschaftlicher Begleitung schaffen wir Raum zur Entwicklung von Selbständigkeit und bieten Gelegenheit zu sinnstiftendem Tun.

Im Heilpädagogischen Zentrum in Lengwil und Kreuzlingen werden mehr als 50 Schülerinnen und Schüler von Kindergarten bis Oberstufe in kleinen Klassen unterrichtet und gefördert. Das Internat bietet Kindern und Jugendlichen ab vier Jahren bis zum Ende der Schulzeit einen Wohnraum. Der Wohnbereich für Erwachsene umfasst über 100 Plätze aufgeteilt in acht Wohngruppen auf dem Ekkharthof-Gelände sowie auf vier Aussenstellen in Kreuzlingen, Berg und Birwinken.

Mit einem breiten Angebot an Arbeits- und Beschäftigungsmöglichkeiten bietet der Ekkharthof allen betreuten Mitarbeitenden eine Tätigkeit an, die ihren Fähigkeiten entspricht. Dazu stehen Arbeitsplätze in geschützten Werkstätten und Tätigkeitsfelder in Förderateliers zur Verfügung. Neben verschiedenen handwerklichen Produkten vertreibt der Ekkharthof mit seiner Feinschmecker-Manufaktur feinste Fruchtaufstriche, Konfekt, Milchprodukte und eine riesige Auswahl an Kräutern und Tees aus eigenem Anbau und das alles in Demeter-Qualität. Diese werden im Bioladen am Ekkharthof, über den Biofachhandel oder über den Online-Shop **www.ekkhartof.ch** vertrieben.

Der Ekkharthof zeichnet sich auch durch sein besonderes und breites Kulturangebot aus. In regelmässigen Abständen gastieren Künstlerinnen und Künstler auf der Ekkharthof-Bühne für öffentliche Konzerte und Theaterveranstaltungen.



## Heiße Sache - Herausforderung Klimawandel auch im Bregenzerwald

*Die Folgen des Klimawandels sind düster, wir müssen sofort handeln und es gibt zum Glück auch Hoffnungsansätze. Das sind die Kernaussagen der Veranstaltung mit der renommierten Klimaexpertin Prof. Dr. Helga Kromp-Kolb von der BOKU in Wien.*

Auf Einladung des e5-Teams Hittisau, der Weltläden Egg und Hittisau und der Klar! Klimawandel-Anpassungsmodellregion Vorderwald-Egg stand mit einer großen Zahl von Partnerorganisation das Thema "Herausforderung Klimawandel" in einem voll besetzten Ritter-von-Bergmann-Saal in Hittisau im Mittelpunkt. Die Professorin Helga Kromp-Kolb ging auf die Klimaentwicklung in der Vergangenheit und die Szenarien der Zukunft ein. Lag die Konzentration vom CO<sub>2</sub>-Gas in den vergangenen 600.000 Jahren bei etwa 280ppm (parts per million) liegt dieser Wert heute bei über 400ppm. Und diese Zunahme der Treibhausgase ist der Hauptfaktor für die Klimaänderung. Wir haben heute weltweit etwa ein Plus von 1,07 Grad im Vergleich zur vorindustriellen Zeit. Im Alpenraum in Österreich fällt dieser Wert aufgrund des Fehlens der Ozeane mit +2,3 Grad Celsius deutlich höher aus. Ozeane haben eine ausgleichende Wirkung. Sie schwächen die Erwärmung ab, aber gleichzeitig hält die Erwärmung auch länger an.

Weltweit gibt es massive Auswirkungen auf die Ernährung, den Wasserhaushalt, die Ökosysteme, den Meeresspiegel und die Zunahme von Extremereignissen. Wenn in den Wettersystemen sogenannte "Kippunkte" erreicht werden, wird es ganz schwierig. Prozesse werden gestartet, die nicht mehr kontrolliert oder gestoppt werden können. Die sozialen, politischen und wirtschaftlichen Folgen sind katastrophal. Allein die Auswirkungen des derzeitigen Dauerthemas "Flüchtlingsströme" sind unvorstellbar.

Mit solchen trockenen Sommern wie heuer müssen wir in Zukunft vermehrt auskommen. Es gibt zwar immer natürliche Schwankungen im Klima, die Erwärmung ist auch bei uns seit den 70er Jahren systematisch. Die Gesamt-Jahresniederschlagssummen scheinen sich bei uns nicht sehr stark zu ändern. Allerdings müssen wir auch mit vermehrten Trockenperioden und steigenden Hitzetagen (> 30 °C) auskommen. Probleme machen bei uns auch die Zunahme von Extremereignissen, wie Gewitterstürme oder Hochwassersituationen mit Überschwemmungen oder Muren. In den Waldökosystemen kommt die Fichte immer mehr unter Druck. Mischwaldbestände müssen heute begründet werden, damit die Bestandesstabilität in 50 bis 100 Jahren gegeben ist.

Im internationalen Klimaschutzabkommen von Paris wurde das Ziel der maximalen Erwärmung von weltweit maximal plus 2 Grad vereinbart. Im neusten IPCC Bericht wird dringende empfohlen, die Erwärmung auf maximal plus 1,5 Grad zu begrenzen. Helga Kromp-Kolb ging im Vortrag auf die möglichen Maßnahmen ein. Einerseits müssen die erneuerbaren Energien weiter stark ausgebaut werden und andererseits muss die Energieeffizienz noch massiv gesteigert werden. Wir müssen aber auch Vorkehrungen treffen, dass wir mit den schon heute unausweichlichen Folgen der Klimaerwärmung umgehen lernen. Diese Themen stehen im Fokus der der Klimaanpassungsregion Vorderwald-Egg.

Eine wichtige Maßnahme sieht Helga Kromp-Kolb darin, dass Investitionen in sinnvolles Ressourcenmanagement die leichtere Entscheidung sein muss. Klimaschonendes Handeln muss attraktiv und billiger werden als ein "weiter wie bisher". Dazu brauchen wir entsprechende Rahmenbedingungen. Mit dieser leichteren richtigen Entscheidung können Verhaltensweisen großer Bevölkerungsschichten beeinflusst werden. Hier sind die politischen Ebenen bis zu jedem einzelnen gefordert sich umzustellen. Auch die Frage ist zu stellen, ob ein hoher Lebensstandard gleichzusetzen ist mit einer guten Lebensqualität. Hier brauchen wir schlussendlich einen Kulturwandel in der Zukunft. Wir sollten mit stark reduziertem

Umgang der Ressourcen und Genügsamkeit noch etwas übrig lassen für unsere Kinder. Es sollen schließlich noch viele Generationen davon leben können.

Erfreulich ist, dass mit den Klimaschutzdiskussionen Bewegung in die Systeme gekommen ist. Die erneuerbaren Energien nehmen weltweit zu und haben inzwischen in der Menge die fossilen Energie überholt. Sie nehmen nicht deshalb zu, weil sie gefördert werden, sondern weil sie wirtschaftlicher sind. Inzwischen ziehen Investoren aus fossilen Projekten in riesigem Umfang Geldsummen ab. In China werden laufend Kohlekraftwerke und in den USA Atomkraftwerke vom Netz genommen, weil diese nicht mehr wirtschaftlich sind.

Das sind positive Entwicklungen, die Hoffnung geben, dass wir eine Änderung schaffen können. Es liegt an allen gemeinsam und jeder bzw jedem Einzelnen, die Klimaziele zu erreichen.

- Dorothee Glöckle -

Infos: [www.would2050.at](http://www.would2050.at) (im Aufbau)

Das Jahr hat 4 Jahreszeiten und  
die Welle erscheint 4 x im Jahr:

Frühjahr II Sommer II Herbst II Winter

Der Redaktionsschluß  
ist daher ganz leicht zu merken

25.01. für das Frühjahrsheft

25.04. für das Sommerheft

25.07. für das Herbstheft

25.10. für das Winterheft

Wenn auch Sie in der Welle inserieren möchten,  
schicken wir Ihnen gerne die Mediadaten per Mail zu.

Schreiben Sie uns

[info@die-welle.org](mailto:info@die-welle.org)

Tel. 07522 - 91 28 575

## LIVIA

*Der Maler Friedrich Hechelmann liest im Roten Salon der Kunsthalle im Schloss Isny aus seinem neuen Roman LIVIA, am Samstag, 01. Dezember 2018*

Das Findelkind LIVIA wächst glücklich und wohlbehütet am Hof von König Aurel und Königin Silene in dem sagenhaften und friedlichen Land Samarna auf. Neben dem Hengst Flavio, der mit ihr an den Hof gelangte, gehören auch die Ziege Zita mit den goldenen Hörnern und Kuno der Spatz zu ihren Freunden. Auch der weise Zwerg Roderich steht ihr immer mit Rat und Tat zur Seite.

Doch das friedliche Leben in Samarna ist in Gefahr, denn die geheimnisvolle Gräfin Sinklau schmiedet Pläne, den König zu stürzen und das Land zu zerstören. Gemeinsam mit ihren Gefährten stellt sich Livia mutig der Gräfin in den Weg, um ihre Heimat zu beschützen und den Frieden in Samarna zu wahren.

In seinem zweiten Roman entführt Ausnahmekünstler Friedrich Hechelmann abermals in eine sagenhafte und fantastische Märchenwelt, in der im Kampf zwischen Gut und Böse am Ende Edelmüt und Güte das letzte Wort haben.

Info: [www.kunsthalle-schloss-isny.de](http://www.kunsthalle-schloss-isny.de)



*Nährende Pflegeöle  
in höchster Bio-Qualität  
mit rhythmisiertem Mistelextrakt  
aktivieren, harmonisieren und  
bilden eine schützende Hülle.*



**MYRTHE  
ORANGENBLÜTE**

Der Duft nach Myrthe und Orangenblüten aktiviert, erfrischt und zaubert nach einem ermüdenden Tag ein heiteres Lächeln ins Gesicht.



**LAVENDEL  
WEIHRAUCH**

Zur Ruhe kommen, entspannen und die Konzentration nach innen wenden – was unterstützt dabei besser als die Düfte von Weihrauch und Lavendel?



**ZITRONE  
ZIRBELKIEFER**

Kraftvoll und vitalisierend unterstützen Zitrone und Zirbelkiefer in allen Situationen, in denen Mut, Ausdauer und Widerstandskraft gebraucht werden.

Informationen zur Behandlung im Fluidischen Oszillator sowie zur Qualität der neuen Mistelprodukte finden Sie auf unserer Website

[www.sonett.eu/mistelform](http://www.sonett.eu/mistelform)

Sonett GmbH, Mistelweg 1, 88693 Deggenhausen

Erhältlich im Sonett-Onlineshop und im Naturkostfachhandel.



**KÖRPER- UND MASSAGEÖLE**

*Wir wünschen allen Lesern  
ein gesegnetes Weihnachtsfest  
und  
unendlich viele glückliche  
Momente im neuen Jahr.*

*Am Ende des Jahres möchten wir uns bedanken bei allen die im vergangenen Jahr mitgeholfen haben, dass vier Ausgaben der Welle entstehen konnten, verteilt und weitergegeben wurden.*

*Dank an alle, die uns über aussergewöhnliche Bewegungen rund um den See, im Allgäu und in Oberschwaben berichtet haben.*

*Da die Welle kostenlos ist, finanzieren wir unser Magazin durch die Anzeigen und deshalb wollen wir uns auch bei allen ganz herzlich bedanken, die im vergangenen Jahr eine Anzeige in Auftrag gegeben haben.*

*Wir freuen uns mit Ihnen auf das neue gemeinsame Jahr, das vor uns liegt...*