



Räume mit Charme – für Menschen mit Visionen

Susanne Eva Oelerich

Mobil: 0 178 – 811 89 98

info@fengshui8kunert.de

Neue Kurse im Herbst 2025: Glück und Gesundheit

„Mir geht's gut - Feng-Shui - Hildegard von Bingen - asiatische Bewegung“

Mir geht's gut! Würden Sie das gerne auch von sich sagen? Was können Sie selber dazu beitragen?

Wann? 30.10.25, 19:00 – 20:30 Uhr

Wie? Kursnummer: 252-07-907

Wo? Volkshochschule Gau-Algesheim

Rathausscheune: Marktplatz 1/ Eingang Kreuzhof, 55435 Gau-Algesheim

Bitte frühzeitig anmelden bei der kvhs (Tel: **06132 787-7102**) oder im Internet:

<https://www.kvhs-mainz-bingen.de/programm/gesundheit/kurs/Mir-gehts-gut-Feng-Shui-Hildegard-von-Bingen-asiatische-Bewegung/252-07-907#inhalt>



„Me time: Feng Shui & stärkende Movements“

Möchten Sie die Lebenskraft in Ihrem **Körper** sowie in Ihren **Räumen** stärken und balancieren? Wie wäre es mit einer „Auszeit“ zum Kraft tanken und Entdecken wertvoller Impulse, die Sie direkt im Alltag anwenden können?

Wann? 8.11.25, von 10 – 16 Uhr

Wie? Kursnummer: 252V-41210

Wo? WBZ Ingelheim, Fridtjof-Nansen-Platz 3, 55218 Ingelheim

Bitte frühzeitig anmelden: WBZ Ingelheim: Tel (06132) 79003-0 oder im Internet:

<https://www.wbz-ingelheim.de/volkshochschule/kurse-programm/kursuebersicht/me-time-feng-shui-staerkende-movements-6816/>

„Ziel-Collage: Innere Stärke“

Angeregt durch packende Hildegard-Zitate können Sie an diesem Abend Ihre persönliche **Ziel-Collage** erstellen. So haben Sie jeden Tag einen freudigen Blick darauf, wie sich innere Stärke anfühlt. Ich begleite Sie mit hilfreichen Tipps hierfür.

Bitte Schere, Klebstift, 1 größeres Blatt und ggf. mehrere Zeitschriften zum Ausschneiden mitbringen.

Wann? 6.11.25, von 19:00 – 20:30 Uhr

Wie? Im Rahmen vom **Hildegard-Gesprächskreis Bingen**

Wo? Rupertsberger Gewölbe (Am Rupertsberg 16, 55411 Bingen-Bingerbrück)

Glück finden für Körper & Geist

„Froh-machende“ **Kräuter und Körner**, die Hildegard von Bingen in ihrer Physica beschrieben hat, lassen sich oft ganz einfach in den Alltag integrieren. An diesem Abend



Räume mit Charme – für Menschen mit Visionen

Susanne Eva Oelerich

Mobil: 0 178 – 811 89 98

info@fengshui8kunert.de

lernen Sie überraschende Rezepte mit solchen Zutaten kennen. Und wir praktizieren drei sehr effektive, einfach erlernbare **Bewegungen**, die unser Gedanken-Karusell stoppen, unseren Körper flexibler machen und Ihnen ein Gefühl von Leichtigkeit schenken können.

Wann? 25.11.2025, 19:00 - 20:30 Uhr

Wie? Kursnummer: C31112

Wo? vhs Bingen - Freidhof 9, 55411 Bingen, im HK Ida-Dehmel-Saal

Bitte frühzeitig anmelden bei der vhs: Tel (06721) 30885-0 oder im Internet:

<https://www.vhs-bingen.de/programm/kw/bereich/kursdetails/kurs/C31112/kursname/Glueck%20finden%20fuer%20Koerper%20Geist/kategorie-id/463/>

Frohes Fest – mit Nervenkeks und Atempower (Weihnachtsmarkt-Special)

Gerade dann, wenn fröhliche Feiertage bevorstehen, wird es oft stressig. Doch mit den **Nervenkeksen**, die Hildegard von Bingen beschreibt, können wir unsere innere Freude und Stabilität stärken. Ebenso mit zwei sehr effektiven **Atem-Übungen** – und einem kraftvollen Duft.

Wann? Dienstag, 9.12.2025, 18:30 - 20:00 Uhr

Wie? Kursnummer: C30101

Wo? vhs Bingen - Freidhof 9, 55411 Bingen, im HK 1

Bitte frühzeitig anmelden bei der vhs:

Tel (06721) 30885-0 oder im Internet:

<https://www.vhs->

[bingen.de/programm/kw/bereich/kursdetails/kurs/C30101/kursname/Frohes%20Fest%20-%20mit%20Nervenkeks%20und%20Atempower/kategorie-id/463/](https://www.vhs-bingen.de/programm/kw/bereich/kursdetails/kurs/C30101/kursname/Frohes%20Fest%20-%20mit%20Nervenkeks%20und%20Atempower/kategorie-id/463/)

