



Bad Kissingen, April 2019, Ausgabe Nr. 12

## NEUE NACHRICHTEN

**Zeitschrift für Freunde, Bekannte und Interessierte an  
Bewegung • Ernährung • Entspannung**

Sie interessieren sich für Gesundheit?

Sie suchen Alternativen oder Ergänzungen zur Schulmedizin?

Sie möchten sich weiterbilden, ihre Gesundheit selbst in die Hand nehmen?

Herzlichen Glückwunsch, hier sind sie richtig. Ich freue mich auf die Begegnung mit Ihnen!

Sie finden in dieser kleinen Zeitschrift Informationen darüber, was Human Therapy ist. Was ich mache. Wer ich bin.

Die Gesundheits-Termine aktuell auf [www.gesundheitspraxis.woeltche.de](http://www.gesundheitspraxis.woeltche.de).

**I  
N  
H  
A  
L  
T** Tag der offenen Tür • Open House  
Info-Erlebnisabende  
Beginner-Seminar im Mai  
Systemisches Familienstellen,  
Tagesseminar mit Stefan Draude  
Sommerfest HT  
HT im Luitpoldpark  
Frauen-Seminar  
Fasten-Wandern

Viel Spaß beim Lesen und Neues entdecken!



### Tag der offenen Tür • Open House

am **Freitag, 3. Mai 2019** von 16-19 Uhr  
in meiner Gesundheitspraxis.

Ganz unverbindlich Human Therapy erleben und sich über alle meine Angebote informieren. Ich freue mich auf Sie und Euch! Anmelden unter ☎ 0971 785 06 06.

# Fasten-Wandern



Das **Nachtreffen** der beiden Fastenwander-Kurse vom März und April dieses Jahres findet am Samstag, 4. Mai statt. Wir treffen uns um 13:00 Uhr am Gradierbau und wandern ein Stück gemeinsam.

Mehr zum Thema Fastenwandern (neuer Kurs im Herbst) auf Seite 10.

## Info- und Erlebnis - Abend

mit **HUMAN THERAPY** Bad Kissingen

**Montag, 13. Mai 2019** um 18:30 Uhr  
in meiner Gesundheitspraxis.

Kostenfrei Human Therapy erleben und sich informieren in entspannter Atmosphäre in meinem Seminarraum in der Goethestraße 7 in Bad Kissingen.

**Kostenfrei**

Eine Anmeldung wird erbeten unter 0971 785 06 06 zwecks der Planung.



## Info- und Erlebnis - Abend

Human Therapy im Rahmen eines Abends bei der VHS Oerlenbach erleben.

**Dienstag, 21. Mai 2019** um 19:00 Uhr  
in Eltingshausen, Gemeindehaus.  
Anmeldung über die VHS Oerlenbach erforderlich.



jetzt noch anmelden zum Informationsabend



Nimm Deine Gesundheit selbst in die Hand, Du hast die Fähigkeiten in Dir!  
Human Therapy GANZ EINFACH selber lernen!  
Drei-Tage-Beginner-Seminar  
**Freitag, 17. bis Sonntag, 19. Mai 2019**

Das Beginner Seminar besteht hauptsächlich aus dem praktischen Tun. Der theoretische Anteil fließt in die Praxis mit ein.

Du lernst über die drei Wirk-Ebenen:

### I. Körper-Punkt-Aktivierung

1. Basisbehandlung: Hier werden mit die wichtigsten Muskeln und Körperteile aktiviert um, in den bestmöglichen Zustand von Gesundheit und Wohlbefinden zu kommen.

2. „Notfall“-Griffe: Für alle Situationen, die für den Moment zuviel sind.

### II. Salutogene Kommunikation

1. Die Kraft der positiven Worte: Du lernst wie kraftvoll deine Sprache ist. Worte sind ein mächtiges Werkzeug um deine Gesundheit auszubilden und persönliche Ziele zu erreichen.

2. Die 5-Punkte-Prioritätenliste der Genesung:

Mit dem Wissen um diese 5 Punkte verstehst du, in welcher Reihenfolge dein Körper sich regeneriert. Diese natürliche Ordnung gibt dir innere Sicherheit.

### III. Gedanken.Gut

1. Das Körperpendel: Du lernst mit Hilfe deines Körpers deine Intuition, dein Bauchgefühl sichtbar werden zu lassen. Es gibt dir in allen Lebenslagen eine objektive Testmöglichkeit was dir gut tut oder was dich Energie kostet.

2. Philosophie der Gesundheit: Wir vermitteln dir unsere Philosophie von Gesundheit. Du wirst gesundheitlich unabhängig, und kraftvolle Lösungen in deinem Alltag finden.

Das Dreitagesseminar kostet 399 €  
zuzüglich Tagungspauschale von 69 €.  
Uhrzeiten für dieses Seminar:  
Fr. 16:00-20:00 Uhr, Sa. 10:00-18:00 Uhr, So. 10:00-15:30 Uhr.

Anmeldung unter:

[gesundheitspraxis.woeltche.de](http://gesundheitspraxis.woeltche.de)

oder ☎ 0971 785 06 06

Das Anmeldeformular bei  
[human-therapy.de](http://human-therapy.de) • Heilpraxis Hartig

☎ 06028 999 64 60

# Systemisches Familienstellen



mit Stefan Draude

In die Kraft kommen • Erfolgreich sein • Beziehungen klären • Gesund sein

## Aufstellungsabend

Freitag, 24. Mai, 18:00–22:00 Uhr.

In entspannter, sachkundiger Atmosphäre können Sie Ihre Themen im Rahmen des **Aufstellungsabends** „aufstellen“ und mögliche Lösungen erkennen und erleben.

Oft schleppen wir etwas mit uns herum und erkennen nicht, was dahinter steht. Und wenn Sie jetzt den ursächlichen Kern anschauen wollen und etwas verändern möchten, dann steht Ihnen hier eine sehr kraftvolle Methode zur Verfügung. Und wer etwas „Ungeordnetes“ wieder in die Ordnung führen möchte, wer gesünder und glücklicher leben möchte, ist herzlich eingeladen! Gerne auch erst einmal als Stellvertreter oder Beobachter.

Ausgleich für Aufsteller: 60 €.  
Stellvertreter und Beobachter: 20 €.  
Anmeldung erforderlich.



Der Seminarleiter ist Stefan Draude, Ingenieur, Gesundheitspraktiker, NLP-Practitioner und systemischer Aufsteller.

Er begleitet als Seminarleiter, Berater und Coach Menschen auf dem Weg, ihr eigenes Potential zu entwickeln.

# Lebe dein Potenzial

Praxis-Seminar mit Stefan Draude



Neues entdecken Vielleicht spüren Sie ja, dass noch mehr in Ihnen steckt, als Sie im Alltag leben?

Dann könnte es an der Zeit sein, für die Suche nach Ihren Potenzialen, Talenten und Wünschen.

„Lebe Dein Potenzial“ ist das Seminar, in dem Sie viele Anregungen und Impulse erhalten, Ihr „wahres Ich“ zu entdecken und zu entfalten. Dabei geht es hauptsächlich um Praxisarbeit und Selbsterfahrung.

Hier können Sie wichtige Fragen klären, Ihre eignen Grenzen verschieben, bislang Verborgenes entdecken und sich neu orientieren.

Was macht Sie wirklich glücklich? Welche Tätigkeit erfüllt Sie mit Freude? Finden Sie heraus, was Sie wirklich möchten, was Sie nicht möchten und was es zu verändern gilt. Die praktischen Formate und Methoden im Seminar helfen Ihnen dabei, einen Überblick zu bekommen und Prioritäten zu setzen. Und die

gegenseitige Unterstützung der Seminarteilnehmer gibt zusätzliche Impulse für einen Weg zum „Glücklich sein“.

## Inhalte im Überblick

- Was ist der Ursprung unserer Gefühle und Emotionen? (z.B. Systeme, Bedürfnisse)
- Welche Gefühle gibt es? Was bewirken sie bei mir? (u.a. Grund-/Misch-Gefühle)
- Gibt es einen Unterschied zwischen Emotionen und Gefühlen?
- Wie kann ich mit meinen Gefühlen gut umgehen - speziell in schwierigen Situationen?
- Warum habe ich manchmal keine Gefühle? (Arbeit mit dem „Inneren Kind“)
- Wie kann ich alte Gefühle verändern und in Frieden leben?

Samstag, 25. Mai, 10–18:00 Uhr.

Ausgleich 100 €. Getränke inklusive.  
Bitte für das Buffet etwas mitbringen.

Anmeldung: Theresia Wöltche, ☎ 0971 785 06 06 oder 0176 46 18 36 28  
E-Mail: [theresia@woeltche.de](mailto:theresia@woeltche.de)  
Stefan Draude, ☎ 0163 391 25 52  
(gerne per WhatsApp)  
E-Mail: [mail@stefandraude.de](mailto:mail@stefandraude.de)  
[www.stefandraude.de](http://www.stefandraude.de)



# SOMMERFEST

\*\*\* Sa. 25. Mai 2019 \*\*\* ab 14 Uhr \*\*\*

FÜR DICH,  
DEINE FAMILIE,  
FREUNDE &  
INTERESSIERTE

## PROGRAMM

Sa, 25.05.

14:00 Uhr Ankommen und Begrüßung  
15:30 Uhr Eröffnung mit Überraschung  
17:30 Uhr Momente der Freundschaft (Meditation optional)  
open End

Es besteht den ganzen Tag die Möglichkeit  
Anwendungen zu geben und zu erhalten.

## Human Therapy

Freude, Glück und Verbundenheit

Wir freuen uns, mit Human Therapy eine Möglichkeit anbieten zu dürfen, mit der wir als Mensch glücklich und gesund mit einem lang anhaltenden Lächeln das Leben genießen dürfen.

Anmeldungen bis 17. Mai und weitere Informationen unter 06028 999 64 60.

## 6. Human Therapy Sommerfest im Wanderheim, 63843 Sulzbach/Soden.

Wir laden dich, deine Familie und Freunde ein, mit uns gemeinsam unser Sommerfest zu feiern. Lachen, essen, beisammen sein, sich austauschen, Anwendungen genießen.

Erlebe einen wunderbaren Tag im großen Kreis der Human Therapy Familie.

Die Möglichkeit zum Grillen und Kaltgetränke haben wir vor Ort. Bringe dein Grillgut und wenn du möchtest, etwas für die Gemeinschaft mit, z.B. einen Salat, Dessert, Kuchen.



## Anwendungs- Vormittag / -Abend



Kommen, auftanken, sich austauschen, andere Teilnehmer kennen lernen, die auch Human Therapy machen, eigene Unsicherheiten klären.

Eine Anwendung machen, eine bekommen. Dauer 2 Stunden - Ausgleich 30 €.

Termine (mit Anmeldung) am:

**Montag, 27. Mai 2019** um 18:30 Uhr.

**Montag, 24. Juni 2019** um 10:00 Uhr.

**Montag, 24. Juni 2019** um 18:30 Uhr.

für alle, die ein Beginner-Seminar Human Therapy gemacht haben.

## Frischluftschnuppern mit HT im Luitpoldpark



Lerne die Wirkung von Human Therapy einfach kennen.

**Samstag, 8. Juni 2018, 14:00 Uhr**

im Luitpoldpark Bad Kissingen

Human Therapy schnuppern in freier Natur **kostenfrei** Human Therapy erfahren und genießen im Luitpoldpark in Bad Kissingen! Zeit für Euch und Euer Wohlbefinden!

Bitte meldet Euch bei mir unter 0971 7850606 bzw. [theresia@woeltche.de](mailto:theresia@woeltche.de) oder Bianca Rittelmeier unter 0971 13190597 bzw. [ht@rittelmeier.de](mailto:ht@rittelmeier.de) an. Dann bekommt Ihr die nötigen Informationen, wo wir uns im Luitpoldpark treffen.

## Info- und Erlebnis - Abend



**vhs**

jetzt noch anmelden zum Informationsabend



Human Therapy im Rahmen eines Abends bei der VHS Hammelburg erleben.

**Dienstag, 25. Juni 2019** um 18:30 Uhr in Euerdorf, Gerichtsgasse 22.

Anmeldung über die VHS Hammelburg erforderlich.



## Zeit für Weiblichkeit - ganz Frau sein

Dieses Seminar ist nur für Frauen. Wir leben in einer Zeit, in der wir Frauen scheinbar alle Möglichkeiten haben, uns frei und ungehindert zu entfalten. Jedoch erleben wir immer wieder, dass uns Begrenzungen und Verletzungen daran hindern, unsere Liebe, unsere Lebendigkeit, unsere Sinnlichkeit, unsere Sexualität und vieles mehr zu leben. Frauen sind auch Schöpferinnen. Weshalb nicht auch du?

Du findest in der geschützten Atmosphäre der Gruppe, Zugang zu verborgenen Seiten in dir und lernst neu, das Weibliche auf sanfte und liebevolle Weise (wieder) zu entdecken.

**Samstag, 29. Juni, 10-18:00 Uhr.**

Wir laden an dieser Stelle alle Frauen ein, um

- sich selbst neu zu entdecken und besser zu verstehen.
- in ein neues Bewusstsein durch eine neue Sichtweise einzutauchen.
- Lebensfreude und Leichtigkeit wieder zu finden.
- sich der „Frauen-Ressourcen“ in schwierigen Situationen bewusst zu sein.
- sich Zeit und Aufmerksamkeit selbst zu schenken.

**Zielgruppe:** Frauen aller Altersstufen, die Lust darauf haben, wachstumsfördernde Erfahrungen zu machen. Das Seminar ist ebenfalls sehr empfehlenswert für Schwestern, Müttern mit ihren Töchtern (ab 16 Jahre) und gute Freundinnen.



**Seminarleitung:** Petra Droll - systemische Beraterin, Coach, Profilax® Trainerin, NLP-Practitioner, Gesundheitspraktikerin und Diplom-Sozialarbeiterin.

**Seminargebühr:** 100 €, Freundinnen, Mütter/Töchter oder Schwestern erhalten jede 20 € Rabatt, wenn sie sich zusammen anmelden.

**Seminarort:** Gesundheitspraxis Wöltche, Goethestraße 7, 97688 Bad Kissingen, ☎ 0971 78 50 606 oder 0176 46 18 36 28

**Verpflegung:** Getränke stehen kostenfrei zur Verfügung. Für den Mittagsimbiss bringt jede etwas mit und wir machen ein Buffet daraus.

**Anmeldung** schriftlich bis zum 20. Juni 2019 an [theresia@woeltche.de](mailto:theresia@woeltche.de).

### Geschenkgutscheine

# Gutschein

für Anwendungen in meiner Praxis



### Info- und Erlebnis - Abend

mit **HUMAN THERAPY** Bad Kissingen

**Dienstag, 16. Juli 2019** um 18:30 Uhr  
in meiner Gesundheitspraxis.

Kostenfrei Human Therapy erleben und sich informieren in entspannter Atmosphäre in meinem Seminarraum in der Goethestraße 7 in Bad Kissingen.

**Kostenfrei**

Eine Anmeldung wird erbeten unter 0971 785 06 06 zwecks der Planung.







### Fasten, ist das etwas für mich?

- Wie bereite ich mich vor?
- Was brauche ich?
- Wie entlaste ich?
- Wie faste ich?
- Und dann?

Im Herbst 2019 biete ich erneut einen Kurs „Fasten-Wandern“ an, der uns rund um Bad Kissingen für eine Woche zum gemeinsamen Fasten und Wandern zusammenbringt. Dabei erkunden wir Wege mit ca. 10 bis 15 km pro Tag, wandern gemeinsam und haben als Gruppe eine gemeinsame Zeit, in der wir uns mit dem Thema „Gesunde Ernährung“, „Bewegung“ und „Entspannung“ beschäftigen.

Wir laufen bergab, bergauf, haben viel Spaß, gute Gespräche und das Wichtigste: Wir tun etwas für Körper, Geist und Seele.

seite zehn

### Infoabend am

**Dienstag, 1. Okt. 2019 um 19:00 Uhr,**  
Sporthalle des TV-Jahn in Winkels, Ludwig-Licha-Weg 5.

### Vorbesprechung am

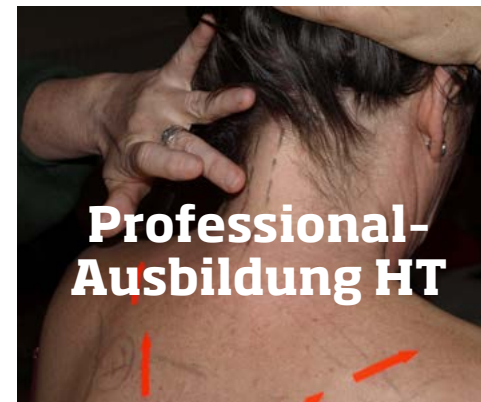
**Freitag, 11. Okt. 2019 um 19:00 Uhr.**

### Kurs vom 12. bis 19. Oktober 2019.

Dieser Kurs ist für alle offen, der/die 10 bis 15 km wandern/laufen können und fasten wollen. Der Teilnehmerpreis für den Kurs beträgt 120 €.

Wir treffen uns meist um 10:00 Uhr Gesprächsrunde und Entspannung, danach laufen wir landschaftlich schöne Strecken. Weitere Informationen bei mir, gerne auch telefonisch bzw. bei der Anmeldung.

Mehr über das Thema Fasten gibt es in der Lebenswandelschule von Dr. Rüdiger Dahlke auf meiner Homepage verlinkt.



Nimm Deine Gesundheit selbst in die Hand, Du hast die Fähigkeiten in Dir! Human Therapy GANZ EINFACH selber lernen!

Neun-Tage-**Professional-Seminar** an drei Wochenenden in Bad Kissingen.

**Freitag, 3. bis Sonntag, 5.1. 2020**  
**Freitag, 17. bis Sonntag, 19.4.2020**  
**Freitag, 22. bis Sonntag, 24.5.2020**

Seminarzeiten Freitags ab 10:00 Uhr, Tagungsort und -gebühr stehen noch nicht fest.

**Voraussetzung:** du hast ein **Beginner-Seminar** gemacht.

Anmeldungen sind bereits möglich. Mehr Informationen auf meiner Homepage, bei mir in der Praxis und auf [www.human-therapy.de](http://www.human-therapy.de)

### Seminarleitung:

Anja Jung und Theresia Wöltche.

Wer möchte das nicht? - Erkennen was wirklich wichtig ist. Freie Energie besitzen, um seine Ziele zu erreichen. Es gibt keinen Ersatz für eigene Erfahrungen. Sie müssen erlebt werden, um zu verstehen, wie sie funktionieren und wirken. Im Professional erlebst du sie.

In unserer Professional Ausbildung stehst hauptsächlich Du im Vordergrund. Du wirst mit Freude, Klarheit, Vertrauen und Stärke dein Leben bewusster genießen können. Die Grundlagen aus dem Beginner Seminar werden in der Intensität wesentlich erhöht. Wir vermitteln dir weitere kraftvolle Sequenzen, tiefgreifende Mentaltechniken und die Weisheiten der Rhythmen und Zyklen der Natur.

Die Inhalte der Professional Ausbildung bringen dich in ein ausgewogenes Verhältnis zwischen Dynamik und Ruhe. Wir lassen dich das „Geheimnis der Effektivität“ erleben. Bewusstheit, Zufriedenheit und Freiheit werden durch dieses Geheimnis spürbar.

Ein Pro zu sein bedeutet, besondere Fähigkeiten und Problemlösungskompetenzen zu besitzen. Denn selbst zuverlässige Freunde, Partner und Therapeuten können nur Lösungsvorschläge anbieten. Die wahre Lösung findet man nur in sich.

Human Therapy setzt auf das Prinzip „Prävention statt Symptombehandlung.“

seite elf

# Das Human Therapy - Erlebnis

## **Natürlich, Positiv und Nachhaltig**

Die Effektivität basiert auf einer manuellen Körper-Punkt-Aktivierung, kombiniert mit kraftvollen Mentaltechniken und alten Weisheitslehren.

## **Ich berühre Sie mit Worten...**

Ich höre, wenn Sie mir etwas sagen, was Sie mir sagen und was Sie nicht sagen, wie Sie etwas sagen und wie es Sie bewegt oder eben nicht bewegt.

## **...und Händen:**

Feine, gezielte Impulse werden über bestimmte Muskeln und Sehnen mit den Fingern auf der Kleidung ausgeführt.

Nach der Aktivierung reguliert sich der Körper in individuellen Pausen in sein Gleichgewicht.

Diese Pausen oder Entspannungs-Wirkphasen sind unterschiedlich lange, je nachdem, wieviel der Körper an dieser Stelle zu arbeiten hat.

Die Stelle wird besser durchblutet, besser mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt.

Der Körper schaut selbstständig, ist an dieser Stelle, in diesem Bereich zu viel gebundene Energie oder zu wenig freie Energie und gleicht aus.

Der Körper, der ganze Mensch kommt in die Entspannung, die Selbstheilungskräfte werden aktiviert.

Der Körper heilt sich selbst.

Der Körper heilt sich selbst und zwar so, wie es für ihn gut und richtig ist.

**Das zu erleben ist ganz einfach:  
rufen Sie mich gerne an: 0971 785 06 06.**



**Gesundheitspraxis Theresia Wöltche**

Goethestraße 7 • 97688 Bad Kissingen

Tel: 0971 785 06 06 • Mobil: 0176 46 18 36 28

Mail: [theresia@woeltche.de](mailto:theresia@woeltche.de)

<https://gesundheitspraxis.woeltche.de>