

IM FLUSS BLEIBEN – BLOCKADEN LÖSEN

Vier Wege zu mehr Wohlbefinden und Gesundheit: In der Praxisgemeinschaft im Herzen von Langenthal haben vier Therapeutinnen mit verschiedenen Ansätzen zusammengefunden, um Menschen auf dem Weg zu innerer Balance und neuem Lebensfluss zu begleiten.

Rahel Hauser – Hypnose

Rahel versteht Hypnose als behutsame Methode, um innere Blockaden zu lösen und die eigene Wahrnehmung ins Positive zu richten. Dabei wird im Unterbewusstsein das gewünschte Verhalten gespeichert. Unterstützt wird mit einfachen, im Alltag umsetzbaren Tipps, um eine nachhaltige Verbesserung zu erreichen. Ist der Wille zur Veränderung da, findet man leicht zurück in den persönlichen Lebensfluss.

www.rahelhauser.ch

Larissa Kunz – Systemische Aufstellungen

Bei der Aufstellungsarbeit geht es darum, wiederkehrende Muster und Blockaden zu erkennen und zu verstehen. Mithilfe des Systembretts werden individuelle Lösungsprozesse ersichtlich. Gerade in Patchworkfamilien oder bei unklaren Konflikten in der Familie hilft oft schon die eigene Erkenntnis und Eigenverantwortung, sagt Larissa.

www.larissakunz.ch

An der Langete, wo alles im Fluss ist (v. l.): Rahel Hauser, Larissa Kunz, Maïke Matz und Patricia Chevalier.



Maïke Matz – Bio- und Neurofeedback

Maïke trainiert das Nervensystem mit sensorgestütztem Feedback statt mit Worten. Puls, Atmung und Hirnaktivität werden in Echtzeit gespiegelt – spielerisch am Bildschirm oder über Töne. Besonders bei AD(H)S, Ängsten und Erschöpfung helfe dieses Training, Aufmerksamkeit zu stabilisieren und den Stresspegel besser zu regulieren, sagt Maïke.

www.neurofeedback-balance.ch

Patricia Chevalier – Naturheilpraxis Soluna

Seit 18 Jahren begleitet Patricia Menschen mit einem ganzheitlichen Blick auf Körper, Geist und Seele. Ihre Arbeit verbindet Naturheilkunde, schamanische und hypnotische Elemente. Bekannt ist sie auch für den Einsatz von Blutegeln bei schwer fassbaren Schmerzen. Sie versteht sich als Begleiterin, die Blockaden löst und Impulse gibt, damit Klienten im Alltag wieder mehr Gesundheit, Freude und innere Stabilität finden.

www.naturheilpraxis-soluna.ch

Patrick Jordi, PR / Foto: zvg

DAS SIMMENTAL ENTDECKEN

«Sagen aus dem Simmental» – zweite, überarbeitete und erweiterte Auflage.

Rudolf Baumann (*1944), Autor des neuen Buches, gründete die Stiftung Trummlehus und publiziert Bücher zu verschiedenen historischen Themen. Er lebt mit seiner Frau Susanna in Roggwil sowie seit zwölf Jahren auch in St. Stephan im Berner Oberland. Nach seiner Pensionierung beschäftigte sich Baumann intensiv mit den Schriften seines Grossvaters Dr. Hans Zahler (1873–1923), Lehrer und Schriftsteller aus St. Stephan, sowie mit weiteren Sagensammlern. Das daraus entstandene Buch, erstmals 2013 erschienen, liegt nun in einer zweiten, erweiterten Auflage vor. Diese umfasst noch mehr Sagen und weitere Geschichten, darunter zahlreiche Erzählungen über Zwerge.

Das Simmental ist – neben Sörenberg – eines der nächstgelegenen Skigebiete und vielen Langenthalerinnen und Langenthalern vor allem im Winterkleid bestens bekannt. Das neue Buch informiert jedoch auch über Burgen, Schlösser, romanische Kirchen und viele weitere Sehenswürdigkeiten von Spiez bis an die Lenk – ein idealer Reiseführer, etwa für das Sommerhalbjahr. Rudolf Baumann möchte damit seine zweite Heimat auch den Oberaargauerinnen und Oberaargauern näherbringen.

Patrick Jordi, PR / 3D-Visualisierung: zvg

BUCH-INFO

Softcover, 24,5 × 17,5 cm, 484 Seiten, 462 Bilder in Schwarzweiss und Farbe, 135 Sagen (geordnet nach Ortschaften von Spiez bis an die Lenk). Preis: CHF 54.–. Das Buch kann in den Buchhandlungen von Langenthal eingesehen und als «Book on Demand» bestellt werden.



Die **Stiftung Trummlehus** besitzt die schweizweit grösste Sammlung an Schlaginstrumenten. Zusätzlich stellt sie aus ihrem umfangreichen Fundus digitale Fotografien, Bilder und Filme zu Langenthal sowie zahlreiche Publikationen und Bücher zum Oberaargau zur Verfügung. Dieses Angebot eignet sich unter anderem für Firmenjubiläen, Familienfeiern oder historische Anlässe. Informationen und Anfragen:

www.altlangenthal.ch / info@altlangenthal.ch