

**Odenwälder Vortragsreihe 2014
Gesund
Sein / Bleiben / Werden**

Es referieren:

Dr. med. Jürgen Birmanns

**Unsere Nahrung –
unser Schicksal**



Dr. phil. Mathias Jung

**Keine Zeit!
Atempausen im Zeitalter
der Beschleunigung**

**Termin: Samstag, 19.07.2014, 14:00 Uhr, Einlass 13:30 Uhr
Odenwaldhalle, Clubraum, Erbacher Straße 33,
64720 Michelstadt**

Eintritt 12,- Euro Karten: Vorbestellung siehe Kontakt
Angebot eines vitalstoffreichen Vollwertbüfets in den Pausen
Info- und Bücherstand vorhanden

Organisation der Odenwälder Vortragsreihe und Kontakt:
Gudrun Kaufmann, ärztlich geprüfte Gesundheitsberaterin GGB
Tel.: 06164 / 5851; E-Mail: guka-ernaehrung@web.de; Internet: www.oigl.de

Odenwälder Interessengemeinschaft für gesundes Leben



Odenwälder Vortragsreihe 2014 Gesund Sein / Bleiben / Werden

Dr. med. Jürgen Birmanns

Unsere Nahrung – unser Schicksal

Dr. phil. Mathias Jung

Keine Zeit! Atempausen im Zeitalter der Beschleunigung

**Termin: Samstag, 19.07.2014, 14:00 Uhr, Einlass 13:30 Uhr Odenwaldhalle, Clubraum,
Erbacher Straße 33, 64720 Michelstadt**

**Eintritt 12,- Euro Karten: Vorbestellung siehe Kontakt. Angebot eines
vitalstoffreichen Vollwertbüfets in den Pausen. Info- und Bücherstand vorhanden.**

Dr. med. Jürgen Birmanns

Leitender Arzt im Dr.-Max-Otto-Bruker-Haus mit eigener Praxis. Ganzheitsmedizin und Gesundheitskunde, biologische Therapiemethoden, speziell Homöopathie und Kneipp-Anwendungen, 2. Vorsitzender der Gesellschaft für Gesundheitsberatung GGB e. V.
www.ggb-lahnstein.de

Unsere Nahrung – unser Schicksal

Sie erfahren, warum wir in unserer Wohlstandsgesellschaft – trotz allem Überfluss – mangelernährt sind und mit welcher Ernährung sich verschiedenste Krankheiten, vom Gebissverfall über Rheuma, Nieren- und Gallensteine, Hauterkrankungen und Infektanfälligkeit bis hin zum Herzinfarkt, vermeiden lassen.

„Als Nachfolger von Dr. Max Otto Bruker sehe ich mich verpflichtet, die Wahrheit zu verteidigen und das Wissen um die wahren Krankheitsursachen in die Zukunft zu tragen.“ (*Dr. Jürgen Birmanns*)

"Wenn die Menschen halb so viel Sorgfalt darauf verwenden würden, gesund zu bleiben und verständig zu leben, wie sie heute darauf verwenden, um krank zu werden, die Hälfte der Krankheiten bliebe ihnen erspart." (*Pfarrer Kneipp*)

Dr. phil. Mathias Jung

Studium der Philosophie und Germanistik in Münster, Wien und Bonn; Gestalttherapeut im Dr.-Max-Otto-Bruker-Haus. Er ist Autor von mehr als 40 Büchern zu Paartherapie, Sucht, Sinnsuche und weiteren Themen aus dem Bereich der Lebensberatung und Philosophie. Er bietet Einzel- und Paarberatung sowie Wochenendseminare an.

Keine Zeit! Atempausen im Zeitalter der Beschleunigung

Der moderne Mensch verbringt den Großteil seiner Freizeit im Internet, vor dem Fernseher, am Handy, hinter Zeitungen. Wir lassen uns medial überfluten. Der Alltag wird vom Terminkalender unserer Smartphones und Notebooks bestimmt, wir haben keine Ruhe und Muße mehr – und unsere Kinder ahmen dieses Leben nach.

Die digitale Revolution ist ein Wunderwerk, das viele Möglichkeiten und Erleichterungen gebracht hat. Doch mittlerweile beherrscht sie uns, statt wir sie. Die Zahl der Online-Süchtigen wächst, ebenso die Zahl der "Burnout"-Diagnosen. Im Zeitalter der Beschleunigung brauchen wir dringend Atempausen – für Gespräche und gemeinsame Spiele, bewusstes Lesen und Lernen, zum Innehalten und Nachdenken. Und, last but not least, auch unsere Intimität und Erotik braucht Zeit und Raum, um überleben zu können.

Verantwortlich für die Planung und Organisation der Vorträge und Kontakt:

Gudrun Kaufmann, Ärztlich geprüfte Gesundheitsberaterin GGB, Tel: 06164 / 5851
E-Mail: guka-ernaehrung@web.de Internet: www.oigl.de