

# Gesundheit ist ganz, ist es auch die Praxis?

**Körperliches, geistiges und soziales Wohlbefinden** – das ist Gesundheit nach der Definition der Weltgesundheitsorganisation WHO. Doch welche Praxis arbeitet nach dieser Definition?



**R**ichtig, Janine Breetz bietet in ihrer Gesundheitspraxis «Chiveda» in Bern nicht nur Behandlungen nach der traditionellen chinesischen Medizin an, sondern auch sozialtherapeutische Kurse und ab kommendem Herbst einen «Zauberladen», in dem die TeilnehmerInnen ihre innersten Wünsche entdecken und ihr Leben im positiven Sinne entwickeln lernen können.

Der Name «Chiveda» erklärt schon einiges zur Arbeitsweise von Janine Breetz: «Chi» heisst auf deutsch Lebenskraft und ist ein zentrales Element der chinesischen Medizin und Philosophie. Veda ist der indische

Ausdruck für Wissen. Ungelöste Probleme, Überforderung und fehlende Lebensenergie bringen das innere Gleichgewicht aus den Fugen und haben oft auch körperliche Symptome. Die Methode, die Janine Breetz zur Reaktivierung der Lebens- und Selbstheilungskräfte vor allem anwendet, ist die Akupressur. Dabei werden je nach Diagnose über die 365 Punkte der klassischen chinesischen Medizin die Meridiane aktiviert und so die betroffenen Organe behandelt.

## **Soziale Gesundheit**

Im letzten August hat Janine Breetz das An-

*«Lebenskrisen können die Gesundheit nachhaltig beeinflussen. Da kann die Gruppe helfen, neue Kräfte zu gewinnen und gesund zu werden» – Janine Breetz in ihrer Praxis.*

gebot ihrer seit 13 Jahren bestehenden Praxis um Gruppen erweitert, in denen sich die Teilnehmerinnen vernetzen und durch die gemeinsame Entwicklung ihrer Lebenssituationen stärken können – die soziale Gesundheit. Da wird mit Rollenspielen, Übungen, Gesprächen und Meditation gearbeitet und gezeigt, dass der Mensch, auch wenn er sich mit sich selber beschäftigt, nicht allein ist. Das Wissen schliesslich, das «Veda» aus «Chiveda», wird ebenfalls in Gruppen zu Themen wie Chakren, Schamanismus, Meditation vermittelt und praktiziert. Diese Gruppen sind Frauen vorbehalten. Männer, die soziale Vernetzung für die Arbeit an ihren Themen ja ebenfalls gut gebrauchen können, vermittelt sie an ihren Kollegen Albert Pfister ([www.aloa.ch](http://www.aloa.ch)) weiter.

Man darf gespannt sein, wie sich Janine Breetz' Ansatz, Körper, Psyche und soziales Umfeld zu integrieren, entwickelt.

Kontakt: **Janine Breetz, ChiVeda**, Thunstr. 22, 3005 Bern, Tel. 076 384 20 84, [www.chiveda.ch](http://www.chiveda.ch)

*Vollwert-Nahrung für den Geist – in jeder Ausgabe*

# Zeitpunkt

Ein Probeabo ohne Risiko (aber mit Nebenwirkungen) gibt es hier: [www.zeitpunkt.ch](http://www.zeitpunkt.ch)

# Die gute Adresse für Ihre Gesundheit

## ayurQuell

Gesundheitszentrum für Ayurveda  
Konradstrasse 23, 4600 Olten  
Tel: +41 (0)76 398 8686  
www.ayurquell.ch  
www.ayurveda-kurse.ch



Ayurveda ist mehr als Wellness, Ayurveda, das älteste medizinische System überhaupt, ist Prävention und Unterstützung von Heilungsprozessen.  
Termine nach tel. Vereinbarung:

Wir begleiten Sie mit:

- Ernährungs- und Lebensstilberatung
- Ayurvedischen Massagen
- Kursen, Aus- und Weiterbildungen

## Atelier Giulietta Cocco

Max-Buristrasse 23  
3400 Burgdorf  
034 / 422 98 95  
info@gcocco.ch  
www.gcocco.ch



## Die EM-Porzellanspirale

In meinem Atelier entsteht die EM-Porzellanspirale. Sie strahlt Harmonie und Wohlbefinden aus. Ihre Grundsubstanz ist durch Effektive Mikroorganismen nach Prof.

Teruo Higa aufgeladen. Sie wird als Raumobjekt oder zum Auflegen auf den Körper eingesetzt. Durchmesser 17cm, Preis Fr. 230.-.

## Drogerie im Dreiangel

Bäraustrasse 45  
3552 Bärau  
info@dreiangel.ch  
www.dreiangel.ch  
Tel. und Fax 034 402 15 65



## Kosmetik und Naturheilmittel selber herstellen.

Wir liefern, was es dazu braucht. Rohstoffe und Verpackungen: Dosen, Flaschen, Tuben, Duft- und Farbstoffe, Öle, Emulgatoren,

Pflanzenextrakte, Konservierungsmittel usw.

## Georg Henne

**Naturheilpraktiker**  
Friedbergstr.60a  
8200 Schaffhausen  
Tel. 052 624 75 18  
www.uradix.ch



## Naturheilpraxis Uradix

Ganzheitliche, persönliche Beratung und Behandlung mit Ernährung, Pflanzenheilkunde, Schröpfmassage, Akupunktur und Moxa.

Weitere Angebote:

- Kräuterkundekurse
- Mietkoch
- Naturprodukte
- Naturphotografie
- Workshops

## Hertzwelle.ch

Kilian Fuhrer  
info@hertzwelle.ch  
Tel. 061 301 97 07



Radionik mit Quantec für Mensch, Tier und Unternehmen, Systemische Beratung, Einzeltraining

## Human Design Analyse

Eva Tajouri  
Frickenstrasse 1  
8600 Dübendorf  
Tel 044 820 07 31  
Info: eva.tajouri@glattnet.ch

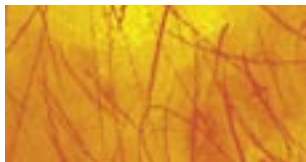


HD ist eine Synthese neuester wissenschaftlicher Erkenntnisse und alter Wissenstraditionen. Die Analyse stellt Ihre individuelle genetische Prägung in einer Körpergrafik dar, zeigt bewusste/unbewusste

Bereiche Ihrer Persönlichkeit, die Ihre verlässlichen Ressourcen darstellen. Durch diese systematische Bestandesaufnahme erkennen Sie Ihre Kräfte in neuer Optik und entwickeln verborgene Potenziale.

## Prisma Schule für Bewegung

Katharina Picard  
Klösterlistutz 18, 3013 Bern  
031 721 23 80  
www.katharinapicard.ch  
info@katharinapicard.ch



## Aus den Ressourcen und der Intelligenz des Körpers schöpfen

Tanz, Bewegung, Feldenkrais, Lernen in Bewegung, Erfahrbare Anatomie,

betriebliche Gesundheitsförderung, Ergonomie am Arbeitsplatz.

Fortlaufende Kurse, Tagesseminare, Jahresgruppen, Weiterbildungen.

Schokohasen sind für die Masse



Der **Zeitpunkt** ist für Ihre Freunde

Der Zeitpunkt, das intelligente, konstruktive Ostergeschenk für Optimisten und Skeptiker.

Geschenkabos mit drei oder sechs Ausgaben werden pünktlich in jedes Osternest Europas geliefert.

Bestellkarte im Umschlag