



Internationale Woche der
Homöopathie
vom 10. bis 16. April 2010
**Das seelische Wohlbefinden
mit Homöopathie**

Liebe Leserinnen und Leser

„Das seelische Wohlbefinden mit Homöopathie“ ist das Thema der Internationalen Woche der Homöopathie im 2010. Sie findet jährlich in der Geburtswoche von Samuel Hahnemann, dem Begründer der klassischen Homöopathie, vom 10. bis 16. April 2010 statt. Die seelische Gesundheit des Menschen hat viele Facetten. Natürlich müssen wir selber unseren Beitrag zu einem gesunden Leben leisten. Wir sollten uns viel bewegen, genügend schlafen und eine Balance zwischen dem Beruf, dem Alltag und der Entspannung finden. Anlässlich der Internationalen Woche der Homöopathie möchten wir Ihnen zeigen, wie viel die klassische Homöopathie zu unserer seelischen Gesundheit beitragen kann.

Informieren Sie sich mit diesem Flyer oder auf der Website www.iwdh.ch. Besuchen Sie unsere Anlässe und kontaktieren Sie unverbindlich einen Homöopathen in Ihrer Nähe. Wir unterstützen Sie gerne, Ihr seelisches Gleichgewicht wieder zu finden.

Mit freundlichen Grüßen

Dr. med. Clemens Dietrich,

Präsident SVHA, Hausarzt in Wohlen AG

Felix Morgenthaler

Co-Präsident VKH, Homöopath in Zürich

Willy Bernhard

Präsident VFKH

Seelisches Wohlbefinden

Ob unser seelisches Wohlbefinden stabil ist oder nicht, hat verschiedene Ursachen. Ebenso vielfältig können die Zeichen des Ungleichgewichts sein: Schlaflosigkeit, Berufsverdrossenheit, Stimmungsschwankungen, Trauer, Ängste, Nervosität/ Spannungen/ Aggressionen, Hyperaktivität/ Ruhelosigkeit.



Schlaflosigkeit

Schlaflosigkeit kann die Folge von äusseren Ereignissen und Erlebnissen sein. Sie kann aber auch ohne offensichtlichen Auslöser seit längerem bestehen. Ein- und Durchschlafstörungen oder oberflächlicher und damit wenig erholsamer Schlaf führen tagsüber oft zu Müdigkeit. Homöopathie kann helfen, Erlebtes und damit verbundene Gefühle und Gedanken zu verarbeiten. Sie hilft auch bei chronischen Schlafstörungen.

Berufsverdrossenheit

Leistungsdruck, Überanstrengung, Mobbing, Angst den Job zu verlieren, Spannungen im Team und mangelnde Anerkennung im Berufsalltag begegnen vielen Arbeitstätigen. Dadurch verbringen wir kostbare Lebenszeit missmutig und unbefriedigt. Das hat längerfristige Folgen. Homöopathie stärkt unsere innere Stimme und fördert den kreativen Umgang mit den eigenen Fähigkeiten.

Stimmungsschwankungen

Stimmungsschwankungen können eine Begleiterscheinung von Belastungszuständen sein. Bei einer Verstärkung dieser Belastungen können daraus depressive Zustände entstehen. Es lohnt sich, frühzeitig professionelle Unterstützung zu suchen. Eine „dickere Haut“ oder neue Impulse im Umgang mit Familie, Beruf und Alltag können das positive Resultat einer individuellen homöopathischen Behandlung sein.

Trauer

Der Verlust einer geliebten Person oder eines Haustieres wühlt sowohl Erwachsene wie auch Kinder auf. Homöopathie unterstützt Sie beim Trauern und Verarbeiten, auch wenn das Ereignis schon länger zurückliegt. Trauerphasen können sich in unserem Leben festsetzen und zu körperlichen und seelischen Beschwerden führen.

Ängste

In unserer modernen und schnelllebigen Zeit erfordert das Eingestehen von Ängsten einigen Mut. Neben konkret fassbaren, gibt es auch die tiefer liegenden, nicht auf Anhieb ersichtlichen Ängste. Sie hemmen uns in unserem Alltag. Sie verunsichern uns, führen dazu dass wir uns zurückziehen. Das soziale Leben wird beeinträchtigt. In einem tiefgehenden Gespräch wird der Angst auf den Grund gegangen, das entsprechende homöopathische Mittel hilft sie zu lösen.

Nervosität, Spannungen

Kann das seelische Wohlbefinden nicht erreicht werden, so stellt sich Nervosität ein. Wir leiden unter Spannungen und es entwickeln sich Aggressionen. Unser Umfeld leidet mit! Beziehungsweise wir leiden mit Betroffenen mit – mehr oder weniger bewusst. Mit Hilfe der Homöopathie können wir klarer sehen und denken. Dadurch können wir bewusster Gewichten und damit sinnvoller entscheiden.

Hyperaktivität/ Ruhelosigkeit

AD(H)S Aufmerksamkeits-Defizit-(Hyperaktivitäts)-Syndrom und POS Psycho-Organisches-Syndrom sind Diagnosen, die vor allem Schulkinder betreffen, aber auch Erwachsene. Die Ansprüche an Wohlverhalten und Leistung sind massiv gestiegen. Kinder, die sich nicht gradlinig nach Plan entwickeln oder lernen, sollen sich Tests und/oder Zusatzunterricht und Behandlungen unterziehen. Da Homöopathie die Selbstregulation jedes Einzelnen ganzheitlich anspricht, ist sie eine wertvolle Alternative zu schulmedizinischen Medikamenten.

Sorgen Sie gut für sich und...

- gönnen Sie sich Zeit
- schlafen Sie möglichst lange
- bewegen Sie sich täglich an frischer Luft
- gehen Sie an die Sonne
- treiben Sie Sport
- achten Sie auf ausgewogene Ernährung
- bereiten Sie sich Freuden
- hören Sie auf die innere Stimme
- gehen Sie Symptomen auf den Grund

... und konsultieren Sie eine Homöopathin oder einen Homöopathen zur Ursachenbehebung (Konstitutionstherapie).

Veranstaltungen (Auswahl)

Wie klassische Homöopathie Kindern mit ADHS helfen kann:

Datum: Mi, 24. März 2010, 19.30h

Ort: Basel, Kollegienhaus d. Universität, Petersplatz 1

Referent: Dr. med. Klaus von Ammon

Kontakt: info@netzwerk-homoeopathie.ch

Datum: Fr, 16. April 2010, 20h

Ort: Winterthur, Familienzentrum, St. Gallerstrasse 50

Referent: Dr. med. Martin Frei

Kontakt: nwege2009@gmail.com

Datum: Mi, 21. April 2010, 19.30h

Ort: Flüelen, Hostellerie Sternen, Axenstrasse 6

Referent: Dr. med. Klaus von Ammon

Kontakt: m.t.dittli@bluewin.ch

Die genauen Angaben und Hinweise zu weiteren Veranstaltungen finden Sie unter www.iwdh.ch

Die Träger der Internationalen Woche der Homöopathie in der Schweiz

www.iwdh.ch

www.svha.ch

www.vkh.ch

www.vfkh.ch

www.hvs.ch

Ihr Stempel:

PDF-Download des Flyers unter: www.iwdh.ch