



Fitness - Impulse für Körper, Seele und Geist

Gesundheit geht nicht von selbst



Was kränkt – macht krank!

**Positive und negative Einflüsse
auf Körper, Seele und Geist.**

Dienstag | 19. März 2019 | 19:00 Uhr

Was kränkt, macht krank!

Wer wünscht sich nicht Gesundheit, Wohlbefinden, Leistungskraft? Dafür sind wir zu vielem bereit. Niemand verschenkt freiwillig seine Lebenskraft und -energie. Doch die Gefahr liegt – wie so oft – im scheinbar „Kleingedruckten“. Vitamintabletten, Sport und Ernährung nützen wenig, wenn uns Kummer, Ärger, Kränkungen und Verbitterung niederdrücken und uns die Lebensfreude rauben.

Lebensfreude wirkt innen, außen und außerdem noch ansteckend. Wer in sich selbst zuhause ist und mit seiner Umwelt versöhnt leben kann, erhöht seine körperliche Widerstandskraft um ein Vielfaches.

Umweltbelastende Geräte kann man entsorgen; krankmachende Denkweisen und Gefühle gehören ebenfalls nicht in ein aktives, erfülltes und positives Lebenskonzept.

Möglichkeiten, wie wir die Spur wechseln können, wird Herr Günther Maurer in seinem Vortrag „Was kränkt – macht krank!“ näherbringen.

EINTRITT FREI

Frühlings-Fest



Sonntag | 5. Mai 2019 | 17:00 Uhr

Der Gemeinde-Chor Villach singt begeistert vom genialen Schöpfer unserer Welt.

Mit berührenden geistlichen Liedern wecken Groß und Klein die Freude und Dankbarkeit über die Wunder der Natur.

Anschließend laden wir Sie zu einem kleinen Imbiss ein.



Kirche der
Siebenten-Tags-Adventisten®

9500 Villach | Kasmanhuberstraße 1a



Der Weg ins Glück!

**Positive und negative Einflüsse
auf Körper, Seele und Geist.**

Dienstag | 7. Mai 2019 | 19:00 Uhr

Der Weg ins Glück! Das macht Sinn!

Das Wort „GLÜCK“ meinte ursprünglich einen günstigen Ausgang eines Ereignisses. Voraussetzung für den „Beglückten“ waren weder ein bestimmtes Talent noch ausschließlich eigenes Tun. Dagegen behauptet der Volksmund eine zumindest anteilige Verantwortung des Einzelnen für die Erlangung von Lebensglück mit dem Ausspruch: „Jeder ist seines Glückes Schmied.“ Die Fähigkeit zum Glücklichsein hängt in diesem Sinne außer von äußeren Umständen auch von individuellen Einstellungen und von der Selbstbejahung in einer gegebenen Situation ab. Glück ist zudem eng mit der Frage nach Sinn verwoben. Dieser Begriff wurzelt im altdeutschen „Sin“ mit der Bedeutung: „Weg, Gang, Reise, eine Fährte suchen, eine Richtung nehmen“ Nehmen Sie sich Zeit für diesen Abend. Wir betrachten gemeinsam Erkenntnisse der modernen Glücks- und Sinnforschung.



Hilfe, ich werde gelebt!

Die gewaltige Macht der Manipulation

Dienstag | 18. Juni 2019 | 19:00 Uhr

Hilfe ich werde gelebt! Die gewaltige Macht der Manipulation

Haben Sie nicht auch schon manchmal leise oder laut gestöhnt: „Hilfe, ich werde gelebt!“, und sich heimlich vorgenommen, aktiv dagegen zu steuern?

Gestatten Sie sich und Ihrer Gesundheit eine Sprechstunde mit dem eigenen Ich und hinterfragen Sie den Einfluss der gewaltigen Macht der Manipulation, die unsere körperlichen, seelischen und geistigen Bedürfnisse völlig außer Acht lässt bzw. bewusst oder unbewusst hintergeht.

Ob die Zukunft eine heilsame oder heillose wird, hängt nicht so sehr von den Dingen, als vielmehr davon ab, wie wir zu den Dingen und Situationen stehen und in welcher Haltung wir der Zukunft begegnen.

Der Vortrag: „Hilfe, ich werde gelebt! Die gewaltige Macht der Manipulation.“ möchte dazu Mut machen, sich dieser Herausforderung zu stellen. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.



Das Leben entrümpeln!

**Befreit durch Entsorgung
für Körper, Seele und Geist**

DI | 17. September 2019 | 19:00 Uhr

Das Leben entrümpeln! Befreit durch Entsorgung.

Im Lauf unseres Lebens sammelt sich so manches „Gerümpel“ an. Vieles von dem horten wir. Es füllt Schubladen, Schränke und Ablagefächer, verstellt Platz in Kellern, Garagen und Abstellräumen.

Jede Menge „Gerümpel“ wird auch in unserem Innenleben angesammelt. Viele Menschen tun sich schwer mit dieser Entrümpelung und haben Angst, das Falsche zu entsorgen. Zutiefst im Inneren sehnen wir uns jedoch nach Platz, Übersichtlichkeit und Freiräumen.

An diesem Vortragsabend schauen wir in verschiedene „Gerümpelecken“ und versuchen, neue Möglichkeiten und Chancen zu entdecken.



Einsamkeit – das stille Leiden

DI | 19. November 2019 | 19:00 Uhr

Wer einsam ist, spricht nicht darüber. Einsamkeit galt lange Zeit als Privatsache. Mehr und mehr beleuchten nun jedoch zahlreiche wissenschaftliche Studien dieses mit Scham behaftete Gefühl. In England hat eine Studie gezeigt, dass jeder fünfte Bürger unter Einsamkeit leidet. Als Reaktion auf dieses gesellschaftliche Problem wurde dafür sogar eine Ministerin ernannt, was weltweit für Schlagzeilen sorgte.

Publikationen zeigen, dass Einsamkeit nicht nur dem Geist, sondern auch dem Körper schadet. Einsame erkranken häufiger unter anderem an Krebs, Herzinfarkt, Depressionen und Demenz. Manche bringen es mit der Aussage auf den Punkt: Einsamkeit ist tödlich! Sie kann jeden befallen – unabhängig von Alter, Geschlecht, Finanzen oder Bildung. Besonders stark ist dieser Trend in der westlichen Gesellschaft durch die Vereinzelung des Menschen mit vielen Single-Haushalten. Es ist höchste Zeit, sich ehrlich damit auseinanderzusetzen und dabei die Ursachen und die Ganzheitlichkeit des Menschen nicht aus den Augen zu verlieren. Einsamkeit ist keine „Nebensache“ – sie „klopft“ nur allzu leicht an unsere „Haustür“.

Herzliche Einladung zu diesem Vortrag der „Liga Leben und Gesundheit“.



ADRA-Sozialmarkt

Der ADRA-SOZIAL-MARKT existiert erfolgreich bereits seit vielen Jahren. Durch die gute Zusammenarbeit mit sozialen Einrichtungen der Stadt Villach und vielen privaten Spenden gibt es ein großes Angebot an Kleidern, Schuhen und anderen notwendigen Dingen für den Alltag.

„Oma Helly“ empfängt Sie herzlich und hilft Ihnen, das Passende für Sie, Ihre Angehörigen oder Freunde zu finden.

Besuchen Sie uns! Sie sind herzlich willkommen!

Öffnungszeiten:

Montag und Donnerstag | 14:00-16:00 Uhr
jeden 1. Sonntag im Monat | 10:00 Uhr



ADRA

9500 Villach | Kasmanhuberstraße 1a | 0676 566 32 05



REFERENT:

Günther Maurer |

Geboren 1953 in Salzburg.
Seit über 35 Jahren in
Österreich und der Schweiz
als LLG-Gesundheitstrainer
und Seelsorger tätig.
Vortragstätigkeit
im ganzheitlichen
NEWSTART*Plus*
Konzept im gesamten
deutschsprachigen Raum.
Seit wenigen Monaten
im aktiven Ruhestand in
Villach.



9500 Villach | Kasmanhuberstraße 1a | www.llg.at
INFO: Martin Lungenschmid | 0676 833 222 46
m.lungenschmid@adventisten.at