

Belp, Juni 2022

Einladung zum Sommerplausch «Coole Tipps für heisse Frauen» mit Fussbad und durch Berührung (Strömen, Rang Dröl, Jin Shin Jyutsu) – Hilfe zur Selbsthilfe»

- Datum:** Mittwoch, 29. Juni 2022
- Zeit:** 15.00 Uhr Start mit «Fussbad und StrömiTipps». Gemütliches Zusammensein mit Imbiss, coolen Getränken und vielem mehr.
19.00 Uhr Apéro riche Madhura Catering / Partyservice Thun
20.00 Uhr theoretischer und praktischer Teil «Warum Strömen?»
- Ort:** **La Cravache**, Steinhölzliweg 70, 3097 Liebefeld [Anreise](#)
- Referentin:** **Monika Beugger Guggisberg**, Edle Energiegestaltung, Spitalgasse 4 / Karl-Schenk-Passage, 3011 Bern, 031 312 25 22 / 079 330 37 22, info@edleenergiegestaltung.ch, www.edleenergiegestaltung.ch
- Anmeldung:** **bis Donnerstag, 23. Juni 2022**, an claudia.ionascu@gmail.com.
- Beitrag:** CHF 35.00 für Abend mit Apéro inkl. Eistee, Unterlagen und Vortrag (für **alle**)
CHF 25.00 Gästebbeitrag für Nachmittag inkl. Unterlagen (für FOKA-Frauen gratis)
Getränke und Kaffee werden von FOKA organisiert und übernommen.
- Mitbringen:** Fussbecken, Abtrocknungstuch und bequemes Sitzkissen (für die erfrischenden Badezusätze ist gesorgt).

Liebe FOKA-Kollegin, liebe Interessentin

Hitze, heisse Füsse oder aufgelaufene Beine? Kein Problem! Mit einem Fussbad und Strömi-Tipps verbringen wir miteinander einen coolen Nachmittag und/oder Abend an einem flauschigen Ort. In diesem Forum zeigt Monika Beugger Guggisberg Möglichkeiten, wie du auf sanfte Art cool bleibst, heisse Füsse linderst oder vorbeugend aufgelaufene Beine verhinderst. **Strömen (Rang Dröl, Jin Shin Jyutsu)** heisst der sanfte Weg zur Selbstheilung. Eine Hilfe zur Selbsthilfe nach den überlieferten Ström-Rezepten von Jiro Murai.

Warum gerade Strömen (Rang Dröl, Jin Shin Jyutsu)? Diese Methode ist eine Kunst zur Stärkung unserer natürlichen Lebenskraft und unseres Immunsystems. Sie ist einfach zu lernen und für sich selbst und andere wunderbar anzuwenden. Die sanften Berührungen der Energiefelder auf unserem Körper wirken entspannend. Dass sich Entspannung durch Berührung wohltuend auf unseren Körper auswirkt und Beschwerden lindert, ist tief in uns verankert. Unbewusst und intuitiv praktizieren wir es deshalb immer wieder, indem wir zum Beispiel bei Verspannungen oder Schmerzen unsere Hände auf die entsprechende Stelle legen. Wenn wir uns entspannen, klärt sich unser Energiesystem von selbst. Durch die Stärkung der Energie kommen die Körperfunktionen wieder in Gang. Dadurch klären sich Körper, Geist und Emotionen. Rang Dröl ist eine Methode der Selbsthilfe für die ganze Familie – vom Kleinkind bis zum Senior.

Abends vermittelt Monika Beugger Guggisberg anhand von Unterlagen die Theorie. Am Nachmittag lassen wir unsere Füsse in einem erfrischenden Bad baumeln und lassen es uns durch kühlende Ströme gut gehen. Du erfährst, wie einfach es ist, mit Strömen müden Beinen Linderung zu verschaffen. Aber auch andere Beschwerden und Unwohlsein lassen sich auf diese Weise einfach und sanft lindern. Bei dir selbst oder bei andern. Zu Hause und unterwegs.

Leitung: Monika Beugger, Rang-Dröl-Referentin und Persönlichkeitstraining (weitere Informationen unter edleenergiegestaltung.ch).

Freundliche Grüsse



Regina Gerber, Präsidentin der FOKA-Sektion Bern

Nächstes Forum: Mittwoch, 17.08.2021 – Texten: Mit Stilmitteln die Aussagekraft erhöhen

FOKA – Sektion Bern

Regina Gerber, Präsidentin, Gürbeweg 39, 3123 Belp

☎ P 031 819 64 52 • 📠 079 736 86 49 • gerberstextservice@belponline.ch • www.foka.ch