

# 5/2000

## GANZHEITLICH HEILEN

### Was mir geholfen hat

Keine Operation durch Feldenkrais-Übungen . . . . . 26  
von Renate Schaidhammer

### Tip des Monats

Kopfschmerzen homöopathisch behandeln . . . . . 26

### Aus der ärztlichen Praxis

Hurra, endlich schwanger! . . . . . 31  
von Dr. med. Astrid Blank

### Naturheilerärztlicher Rat

Hautjucken . . . . . 32  
von Dr. med. Herbert Flaskamp

## GESUND LEBEN

Bachblüten

Sanfte Hilfe für Kinderseelen . . . . . 23  
von Christiane Wilhelm

### Bewusstsein

Zauberin Sonne vertreibt trübe Gedanken . . . . . 39  
von Astrid Meyer

## ... UND AUSSERDEM

Editorial . . . . .	3
Leserforum . . . . .	6
Für Sie notiert . . . . .	44
Standpunkt . . . . .	54
Impressum . . . . .	55
Vorschau . . . . .	55

Zum Titelbild:  
Innenansicht des menschlichen Herzens. Papillarmuskeln als Säulen mit ihren Sehnenfäden stützen das Gewölbe der Herzkammern. Die geschlossenen dreiteiligen Klappen der Aorta und der Lungenarterie sind wie vom Licht durchflutete Fensterrosen dargestellt.



Einhefter,  
nur in einem Teil  
der Auflage  
Seite 27-30



Prof. Dr. med. Bernd Fischer,  
Leiter der ersten deutschen  
Gedächtnisklinik

Prof. Fischer verrät Ihnen, wie Sie

- Ihre Gedächtnisleistung und
- Ihr Denkvermögen potenzieren
- und Ihre Lebensqualität steigern können

**Geistig aktive Menschen leben durchschnittlich acht Jahre länger!**

Dies ist eine wissenschaftlich fundierte Einsicht. Zur Aufrechterhaltung der geistigen Fitness hat der Autor spezifische Gehirn-Trainingsmethoden entwickelt. Das Merk- und Denkvermögen kann damit bis ins hohe Alter erhalten bleiben.

**Praxisnahe Übungen führen Sie spielerisch zum Ziel**

- Sie fördern Ihre Wachheit und Konzentration.
- Sie verbessern Ihre Wahrnehmungsfähigkeit.
- Sie optimieren Ihre Assoziationskraft und Kreativität.
- Sie steigern Ihre Kombinationsgabe.
- Sie trainieren Ihr Lang- und Kurzzeitgedächtnis.
- Sie verbessern Ihre Stressabwehr.
- Sie optimieren Ihre Ausdauer und Flexibilität.

Lernen Sie deshalb die ganzheitliche Methode «Geistige Fitness» kennen.

Alle Informations-Unterlagen sind für Sie völlig **kostenlos und unverbindlich**. Fordern Sie sie umgehend mit untenstehendem Coupon an!



Winterthurerstr. 338, CH-8062 Zürich  
Tel. +41 1 321 10 20, Fax +41 1 321 34 18  
hirt@hirt-institut.ch  
http://www.hirt-institut.ch

### GRATIS für Sie

**Ja**, bitte senden Sie mir kostenlos und unverbindlich die 20seitige Informations-Broschüre «Geistige Fitness».

Vorname/Name .....

Strasse/Nr .....

PLZ/Ort .....

Tel.:P ..... Tel.:G .....

Beruf ..... Geburtsjahr .....  
D3280001

Bitte ausschneiden und noch heute absenden an:  
Hirt Institut, Winterthurerstr. 338, CH-8062 Zürich  
oder http://www.hirt-institut.ch