

Inhalt

KONGRESS

6 **BERICHT**

Selbstbestimmt entscheiden

BEWUSSTSEIN & PERSPEKTIVEN

26 **KÖRPER UND GEIST IN BEWEGUNG**

Rosina Sonnenschmidt: Rhythmische
Körper-Geist-Bewegung

16 **HEILIMPULSE**

Jetzt! Gleich!

GESUNDHEIT GESTALTEN

11 **DAS KANN ICH SELBST TUN**

Jutta Trautmann: Qigong für Menschen mit Krebs

32 **DAS GEHEIMNIS DER KNOSPEN**

Susanne Schimmer et al.: Knospenkraft für
Bewegung und Beweglichkeit

MENSCHEN & MEINUNGEN

17 **INTERVIEW**

Antje Reinhardt: Mit Sport dem Krebs Paroli bieten

21 **PATIENTENBERICHT**

Heike Seeberger: Bericht über den Umgang mit meinem
Brustkrebs

BEWUSST GENIESSEN

30 **REZEPTE**

Käthe Golücke: Heilsame Nahrung

INFORMATIONEN

4 **KURZ NOTIERT**

GfBK-Kongress wieder erfolgreich
Umfrage enthüllt Misstrauen
Meta-Analyse zu Yoga bei Krebs
Bio: um 25% reduziertes Krebsrisiko

34 **SPRECHSTUNDE**

Estrogenmetabolite
Blähungen
Wundheilung, Narben
Paläo-Diät

39 **FÜR SIE ENTDECKT**

Heinz Huber: David trifft Goliath
Wendy Suzuki: Fittes Gehirn, erfülltes Leben

41 **DANKE**

42 **AUS DEM LEBEN DER GFBK**

46 **KALENDER**

48 **AUSBLICK/IMPRESSUM**