

Rundschreiben, Dezember 2024

**Erfahrung, Lebensmut, Angst und
Hoffnung miteinander teilen!**

Nach einem schönen Vereinsjahr mit vielen Veranstaltungen, hier ein kleiner Rückblick:



WORKSHOP mit Mag. Dr. Karin Buchart
Ernährungswissenschaftlerin und Autorin

Wir stellten Lebensmittel
als Arzneimittel
(Nutraceuticals), zur
Stärkung des
Immunsystems, zum
Heilen und Lindern her.

Uns wurde erklärt, dass
über 50 % des
menschlichen Körpers aus
nicht menschlichen Zellen (Mikrobiom) bestehen. Diese Zellen
sollten gut ernährt werden, um unseren Körper und unser
Immunsystem so gut wie möglich zu unterstützen. Fermentierte
Lebensmittel sind dazu sehr gut geeignet.



Mit Nutraceuticals unterstützen wir Körper und Geist. Der Workshop zeigte Hintergründe und Wirkungsweisen.

Wir bereiteten Oxymel (Heilsirup, auch Sauerhonig genannt) zur Stärkung des Immunsystems, Gemüseferment, Heißgetränk und Kräuterpulver zu und verkosteten zahlreiche Nutraceuticals.

Für Interessierte:

Zahlreiche Bücher der Referentin sind im Handel erhältlich!

Unser **Fotoshooting** „ussaputzt“ im weitere Events dieser Art.

maischön
...mir zuliebe

war sicher nur der Auftakt für

Statt eines Berichts, hier das Feedback von einer Teilnehmerin:

Hallo ihr Lieben, ich wollte mich sehr herzlich für den tollen Nachmittag bedanken. Es war das erste Mal, dass ich bei so einer Veranstaltung dabei war und das hat mir soooooo gut getan! Wie alle Frauen so tauff und selbstbewusst waren... so fröhlich und willkommen.

Und wie alles organisiert war... die kleinen Snacks (lecker!!!), das Fotoshooting, die Erklärung für die Kopfhautpflege, das Make-up und Hairstyling (da ich keine Haare habe, habe ich eine Kopfmassage bekommen)... die Mädels waren auch sooo freundlich. Ich habe mich sehr verwöhnt gefühlt. DANKE!



Vielen Dank für die tollen Bilder. Meine Familie, Freunde und ich haben auf die Fotos gewartet wie auf die Lottozahlen. Ich habe mich an dem Nachmittag wie WONDER WOMAN gefühlt. Das hat soooooo gut getan!

... und solches Feedback tut uns gut. Herzlichen Dank für eure Rückmeldungen!

ÖZIV- SUPPORT

gibt kostenlose Beratungen in sozialen und arbeitsrechtlichen Fragen.

KONTAKT

Daniela Sichau Tel. 05572 394696 6850 Dornbirn, Am Rathausplatz 4/2. Stock, Zimmer 14
Harald Reiter Tel. 05552 63877 6700 Bludenz, Werdenbergerstraße 40a

Das Angebot ÖZIV - SUPPORT wird vom Sozialministeriumservice Landesstelle Vorarlberg gefördert.



**ÖSTERREICHISCHE KREBSHILFE
VORARLBERG**

Dornbirn, Am Rathausplatz 4 **erreichbar Mo bis Fr 9 - 12 Uhr** **Tel. 05572-202388**
Bludenz, Klarenbrunnstraße 12 **erreichbar Mo bis Fr 9 - 12 Uhr** **Tel. 05572-202388**

Die Krebshilfe Vorarlberg bietet die Möglichkeit, ohne Zeitdruck und unentgeltlich, mit Ärzten ein Gespräch zu führen, Fragen zu stellen, sich Befunde erklären zu lassen. OA Dr. Bernd Hartmann, Univ.-Prof. Dr. Gebhard Mathis, Univ.-Doz. Dr. Anton Haid und Dr. Helmut Eiter stellen ihre Kompetenz und langjährige Erfahrung zur Verfügung.

Terminvergaben für die Angebote der Krebshilfe erfolgen ausschließlich über das Büro in Dornbirn.

Benefizkonzert – Everything is different now

Spielboden in Dornbirn: 05. Januar 2025 20.30 h

Kartenvorverkauf: Dornbirn Tourismus, Vorarlberger Raiffeisenbanken, v-ticket.at und laendleticket.at
Weitere Informationen erhalten Sie unter: www.krebshilfe-vbg.at

Zur Weihnacht führt uns hin ein Stern, für manchen nahe, manchen fern.
Der Stern kann sein ein gutes Wort, ein Blick – bleib nicht zu lange fort.
Ein Stern erstrahlt, erleuchtet, bringt freudig Licht, das du so bräuchtest.
Er spiegelt sich in Jedem wider, du musst's nur seh'n, geh nicht vorüber.
Der Weg kann recht beschwerlich sein, bleib steh'n und halte auch mal ein.
Besinne dich, er ist nicht fern, du kannst für Andere sein ein Stern.

Wir wünschen euch von Herzen Frohe Weihnachten.

Glück und Gesundheit für 2025!

DANKE für jede Unterstützung
und das Miteinander.



DORNBIRN

Begleiterinnen:

Brigitte Ebenkofler Tel. 0699 / 110 18 429
Ruth Christl Tel. 0650 / 26 97 500
Ingrid Fleisch Tel. 0676 / 601 17 09

Termine werden per WhatsApp bekannt gegeben!

Lass dich einfach in die Gruppe aufnehmen!

GÖTZIS

Begleiterin:

Ingeborg Fleisch Tel. 0650 / 80 40 720

März, Juni, September, Dezember
nach telefonischer Absprache!



Ansprechpartnerinnen:

Anita Hosp Tel. 0664 / 88 343 949
Ruth Christl Tel. 0650 / 26 97 500

Wir verabreden uns per WhatsApp, melde dich und wir nehmen dich in die Gruppe auf!

RANKWEIL

Begleiterinnen:

Doris Branner Tel. 0699 / 108 90 898
Gertrud Batlogg Tel. 0664 / 413 18 77
Birgit Frumen Tel. 0660 / 281 20 07

Normalerweise jeden letzten Dienstag im Monat

um 16.00 Uhr, im Schlosserhus Rankweil



NEU!!!

„Pinkies“ BLUDENZ

Ansprechpartnerin:

Karin Hämmerle Tel. 0650 / 850 85 85

Wir verabreden uns per WhatsApp, ruf an und ich nehme dich in die Gruppe auf!

Z-AQUATRaining (Wassergymnastik)

**jeden Montag
13.00 Uhr in Schellenberg**

Anfragen an:
Irene Willi Tel. 0688 / 822 97 76

Familiärer Brustkrebs

Ansprechpartnerin:

Gabi Graf Tel. 0664 / 859 41 53