

Donnerstag, 18. April

Lebenshilfe

Wie Christus die Persönlichkeit verändert - oder auch nicht.

Ref.: Walter Nitsche, Arbeitsgemeinschaft seelsorgerlicher Berater

www.asb-seelsorge.com

AsB - Arbeitsgemeinschaft seelsorglicher Berater

Hauptsitz Schweiz

CH-8335 Hittnau

E-Mail: info@asb-seelsorge.com

Kontaktstelle Schweiz

Seestr. 34, CH-3700 Spiez

Tel: 0041-(0)33-222 00 90

E-Mail: info@asb-seelsorge.com

Kontaktstelle Deutschland

friends-media e.K.

Baumgartenstr. 44, D-75217 Birkenfeld

Tel.: 0049-(0)7231-47 29 917

E-Mail: info@asb-seelsorge.com

Eine Empfehlungsliste mit seelsorgerlichen Beratern kann per Post oder Mail beim Büro Arbeitsgemeinschaft seelsorgerlicher Berater angefordert werden:

Arbeitsgemeinschaft seelsorgerlicher Berater

Baumgartenstr. 44, D-75217 Birkenfeld

Mail: info@asb-seelsorge.com

Freitag, 19. April

Lebenshilfe

Elternkurs. Generation lebensunfähig? Der fatale Einfluss von Maßlosigkeit, Überbehütung und Digitalisierung in der Kindheit.

Ref.: Rüdiger Maas, Generationenforscher, Psychologe, Spiegelbestseller-Autor und Vater

Das Buch zur Sendung: [Generation lebensunfähig. Wie unsere Kinder um ihre Zukunft gebracht werden.](#)

Rüdiger Maas

[YES](#)

Samstag, 20. April

Lebenshilfe

"Wer nicht genießt, ist ungenießbar!" Über Essen, Kochen und bewusstes Leben.
Ref.: Sr. Teresa Zukic, Autorin und Leiterin Kleine Kommunität der Geschwister Jesu
www.schwester-teresa.de

Kleine Kommunität der Geschwister Jesu GdbR
Ringstrasse 10
91085 Weisendorf /Oberlindach
Tel.: 09135 - 799584
E-Mail: geschwisterjesu@t-online.de

10:00

Gemeinsame Bücher zum Thema von Sr. Teresa Zukic und Prof. Dr. Jalid Sehouli:
[Himmel im Mund. Heilsamer Genuss für mehr Lebensfreude - Mit Rezepten und Gesundheitstipps](#)
[Unsere Energieküche: Die besten Rezepte gegen Erschöpfung und Müdigkeit](#)

Bücher von Sr. Teresa Zukic:
[Die Seele braucht mehr als Pflaster. Worte, die heilen.](#)
[Lebe, lache, liebe...](#)
[und sag den Sorgen Gute Nacht!](#)

[Hier](#) kommen Sie zur Liste aller Bücher und sonstigen Veröffentlichungen von Sr. Teresa Zukic.

Montag, 22. April

Lebenshilfe

Was tun bei Schmerzen? Bewährte Behandlungskonzepte der Naturheilkunde.

Ref.: Andreas Groß, Heilpraktiker für traditionelle europäische Naturmedizin

Lebenshilfe - Sendereihe „Die Naturheilpraxis“

Kontakt zu den Referenten:

Praxis für Naturmedizin und Hildegardheilkunde

Andreas Franziskus Groß

Heilpraktiker, Familientherapeut, Medizinjournalist, Dozent

Limmerweg 2, 82024 Taufkirchen - München

Tel.: +49 (0) 89 - 614 91 56

Fax: +49 (0) 89 - 614 650 82 Website: www.wiedergesund.de

E-Mail: praxis@wiedergesund.de Sylvia Michaela Groß

Heilpraktikerin, Hildegard-Therapeutin

Limmerweg 2, 82024 Taufkirchen - München

Tel.: +49 (0) 89 - 614 650 83

Fax: +49 (0) 89 - 614 650 82

Website: www.praxis-hildegardmedizin.de

10:00

E-Mail: info@praxis-hildegardmedizin.de

Zusammenarbeit mit:

Hr. Dr. nat. Wighard Strehlow

www.st-hildegard.com

Fr. Dr. Christiane Ernst Paregger

www.hildegardpraxis.it

Informationen zu Hildegardprodukten
und Bestellungen unter:

Hildegard-Naturprodukte-PJ

Telefon: 07533-7433

www.virita.de

St. Hildegard-Posch GmbH

Telefon: +43 7667-81 31

www.hildegardvonbingen.at

E-Mail: info@hildegardvonbingen.at

Dienstag, 23. April

Lebenshilfe

Handeln statt grübeln! Mit Angst und Sorgen kreativ umgehen.

Ref.: Eva-Maria Admiral, Schauspielerin und Autorin

Website von Eva-Maria Admiral

[Eva-Maria Admiral \(admiral-wehrlin.de\)](https://www.admiral-wehrlin.de)

Bücher von Eva-Maria Admiral:

"Es ist nie zu spät, befreit zu leben"

[Mehr Info/Hier bestellen](#)

Buch "Schön ohne aber"

[Mehr Info/Hier bestellen](#)

Buch "Mein Überlebenslauf"

[Mehr Info/Hier bestellen](#)

Frühere Lebenshilfe-Sendung mit Eva-Maria Admiral:

28.11.2023: Lebenslinien. Es ist nie zu spät, befreit zu leben.

[Hier nachhören](#)

Kommende Lebenshilfe-Sendungen mit Eva-Maria Admiral:

28.05.2024 Wenn alles schief geht... Den Perfektionismus überwinden.

18.06.2024 Loslassen lernen – Zufriedenheit finden.

Dokumentarfilm über Eva-Maria Admiral: https://youtu.be/R2Xi_w8V_ks Aktuelle

Seminare mit Eva-Maria Admiral und Eric Wehrlin in Deutschland:

10:00

14. Mai 2024 - 15. Mai 2024

[Schwäbisch Gmünd: Erfolgsfaktor Stimme](#)

Schönblick Willi-Schenk Strasse 9, Schwäbisch Gmünd, Deutschland

Erfolgsfaktor Stimme Atmung – Stimme – Sprechen – Moderation – Textgestaltung

Tag 1 Ab 9: 00 Uhr bis 21 00 Tag 2 bis 15:30 Uhr

[Mehr Info/Hier anmelden](#) 16. Mai 2024 - 17. Mai 2024

[Schwäbisch Gmünd: Präsentations- und PersönlichkeitsProfil durch Videodiagnostik](#)

Schönblick Willi-Schenk Strasse 9, Schwäbisch Gmünd, Deutschland

Authentisches Präsentations- und PersönlichkeitsProfil durch Videodiagnostik

Präsentieren, Storytelling, Rhetorik

Tag 1 ab 9:00 bis 21 Uhr Tag 2 bis 15:30 Uhr

[Mehr Info/Hier anmelden](#)

18. Mai 2024 - 19. Mai 2024

[Schwäbisch Gmünd: Die Macht der Kränkung](#)

Schönblick Willi-Schenk Strasse 9, Schwäbisch Gmünd, Deutschland

Kränkungen und Vergebung An Verletzungen wachsen statt zerbrechen

Tag 1: 9:00h-21:00h Tag 2: bis 14:00h (nach dem Mittagessen)

[Mehr Info/Hier anmelden](#)

Donnerstag, 25. April

Lebenshilfe

Fokus Schöpfung. Der Baum als Lebenssymbol und Begleiter durch das Kirchenjahr.

Ref.: P. Christoph Kreitmeir, Autor und psycho-spirituelle Lebensberater

Website von P. Christoph Kreitmeir:

www.christoph-kreitmeir.de

10:00

Freitag, 26. April

Lebenshilfe

Hilfe und Bildung für Kinder in Pakistan: Eine katholische Schule inmitten einer muslimischen Welt.

Ref.: Sr. Ghazala Rufi, Rektorin der Tatarko Yagangat School in Manghopir, Karatschi und Karl Schneeberger, ehrenamtlicher Projektbegleiter

Homepage der DAHW Deutsche Lepra- und Tuberkulosenhilfe e.V.

[DAHW Deutsche Lepra- und Tuberkulosenhilfe e.V. | dahw.de](#)

10:00

Projektseite Pakistan der DAHW Deutsche Lepra- und Tuberkulosenhilfe e.V.

[Pakistan | dahw.de](#)

Website der Ruth-Pfau-Stiftung:

[Startseite | Ruth-Pfau-Stiftung](#)

Website des Marie Adelaide Leprosy Centers in Pakistan (in englischer Sprache):

[MALC - Marie Adelaide Leprosy Centre](#)

Die Tatarko Yagangat School in Manghopir, Karatschi, auf Facebook:

[Tatarko Yagangat High School - TYS | Facebook](#)

Samstag, 27. April

Lebenshilfe

Verkündigung, ein Werk der Nächstenliebe. Radio Maria in den ärmsten Ländern der Welt.

10:00

Ref.: Bernhard Mitternuthner, Radio Maria Weltfamilie und Diakon Michael Wielath, Afrika-Beauftragter von radio horeb

Der Mariathon findet vom 3. bis 5. Mai 2024 statt. Gesammelt wird für Radio Maria-Projekte in Nigeria, Tansania, Südafrika, Pakistan, Indien und Osteuropa.

Mehr Information [hier](#).

Montag, 29. April

Lebenshilfe

"O Mensch, lerne tanzen!"

Ref.: Michael Ragg, Journalist und Hobby-Tänzer

www.raggs-domspatz.de

Ragg's Domspatz GbR

Agentur für christliche Kultur

Michael und Vivian Ragg

Schloßstr. 2, 87534 Oberstaufen

Nächste Lebenshilfe-Sendung mit Michael Ragg:

03.06.2024 Europa - woher und wohin? (vor der Europa-Wahl vom 6. bis 9. Juni 2024)

Frühere Lebenshilfe-Sendungen mit Michael Ragg:

25.09.2023 Dankbar leben - Übungen für jeden Tag.

Hier nachhören: [Podcast zum Leben in Beziehung | radio horeb](#)

02.03.2023 Das christliche Menschenbild und die christlichen Wurzeln Europas.

Hier nachhören: [Podcast zum Christsein in der Welt | radio horeb](#)

Telefon: 08386 / 3 26 08 95

Mobil: 0173 / 5 62 16 20

Skype: domspatz-agentur

E-Mail: buero@raggs-domspatz.de

Frühere Lebenshilfe-Sendungen mit Michael Ragg

25.09.2023 Dankbar leben - Übungen für jeden Tag.

[Hier nachhören](#)

02.03.2023 Das christliche Menschenbild und die christlichen Wurzeln Europas.

[Hier nachhören](#)

10:00

Dienstag, 30. April

Lebenshilfe

Welchen Sinn hat unser Dasein? Moderne Glücksforschung und christlicher Glaube.

Ref.: Pfr. Urs-Beat Fringeli, Priester und Autor

wallfahrtsort-wolfwil.ch

Buch zur Sendung (Kleinschrift):

[Welchen Sinn hat mein Dasein? | Parvis-Verlag - religiöse Buchhandlung](#)

Weitere Bücher von Urs-Beat Fringeli:

[Verlag Via Nova \(verlag-vianova.de\)](http://verlag-vianova.de)

Das kleine Buch der Lebensfreude [Das kleine Buch der Lebensfreude - Verlag Via Nova \(verlag-vianova.de\)](#)

Die Kunst der heiteren Gelassenheit [Die Kunst der heiteren Gelassenheit - Verlag Via Nova \(verlag-vianova.de\)](#)

Gelassenheit ist der Schlüssel zum inneren Frieden [Gelassenheit ist der Schlüssel zum inneren Frieden - Verlag Via Nova \(verlag-vianova.de\)](#)

Gönn dir dein Glück [Gönn dir dein Glück - Verlag Via Nova \(verlag-vianova.de\)](#)

10:00

Mittwoch, 1. Mai

Lebenshilfe

Mit Herz und Hingabe arbeiten.

Ref.: Daisy Gräfin von Arnim, Unternehmerin und Autorin

Im Internet:

haus-lichtenhain.de

Das Buch zur Sendung: Mit Herz und Hingabe arbeiten. Von der Freude am Schaffen und Gestalten.

Daisy Gräfin von Arnim

SCM-Verlag

09:00

[Hier bestellen](#) In der Sendung genanntes Buch von Daisy von Arnim:

Wunder in meinem Leben

Francke Verlag

[Hier bestellen](#)

Frühere Lebenshilfe-Sendung mit Daisy Gräfin von Arnim: [Einfach anfangen! Von Unternehmergeist und Gottvertrauen.](#)

Buch zur Sendung am 16.08.2021:

Daisy Gräfin von Arnim

"Einfach anfangen!" - 15 Unternehmerinnen im Porträt

Francke-Verlag

[Hier bestellen](#)

Donnerstag, 2. Mai

Lebenshilfe

Demenz. Wer pflegt die Pfleger?

Ref.: Dr. Siegfried Schlett, Arzt und Apotheker

Kontakt zu Dr. Schlett:

[Ärztliches Naturheilkundezentrum Aschaffenburg](#)

[Telefon: 06021 362857](#)

10:00

Bisherige Lebenshilfe-Sendungen mit Dr. Schlett in 2023:

20.10.2023 Wovor wir im Alter Angst haben: Demenz, geistige Verwirrung und vorzeitiger Abbau.

[Mehr Info/Hier nachhören](#)

16.05.2023 Allergien – das überreizte Alarmsystem: Die Haut, unser Kontakt nach außen

[Mehr Info/Hier nachhören](#)

03.03.2023 Allergien – das überreizte Alarmsystem: Heuschnupfen, Dauerhusten, entzündete Augen

[Mehr Info/Hier nachhören](#)

Montag, 6. Mai

Lebenshilfe

EHE wir uns trennen. Verheiratet - und plötzlich verliebt in jemand anderes...?

Ref.: Cornelia Puhlmann, Psychologische Psychotherapeutin und Paarcoach

Dipl.-Soz. Päd. Cornelia Puhlmann

Psychologische Psychotherapeutin

Libauer Str. 15, 81927 München

Tel.: 089 930 63 61

E-Mail: freudundleid@arcor.de

10:00

Links zur weiteren Sendungen mit Cornelia Puhlmann:

[Elternkurs: Getrennt oder geschieden - und trotzdem gemeinsam Eltern bleiben. - 11.01.2024](#)

[Das Zwiegespräch nach Michael Lukas. - 15.06.2021](#)

[Wenn sich Rechtfertigung und innerer Rückzug in die Partnerschaft einschleichen. - 15.06.2020](#)

[Wenn sich Kritik und Verachtung in die Partnerschaft einschleichen. - 14.05.2020](#)

[Die Liebe pflegen. - 14.01.2019](#)

Dienstag, 7. Mai

Lebenshilfe

"Denkt nie, ihr wäret angekommen..." Glaube als lebenslanger Pilgerweg.

Ref.: Josef Epp, Religionspädagoge, Autor und Seelsorger

Homepage von Josef Epp

www.josef-epp.de

Bücher von Josef Epp:

[Wenn alles anders kommt: Zwischen Erschütterung und Neuorientierung. Was mich durch Krisenzeiten trägt.](#)

Patmos Verlag, 2023

ISBN: 978-3-8436-1444-3

144 Seiten, Hardcover

€ 19,00

-> mit eigenem Kapitel über das Thema "Sinnsuche/Sinnfindung"

[Weichen stellen](#)

Inspirationen für eine selbstbestimmte dritte Lebenshälfte

Patmos Verlag, 2016

ISBN: 9783843608190

176 Seiten, Hardcover

€ 16,99

10:00

[Mich schützen und stärken](#)

Resilienz im Alltag. Anregungen und Übungen

Patmos Verlag, 2020

ISBN: 978-3-8436-1211-1

176 Seiten, Hardcover

€ 17,00

[Eingesperrt in meinem Leben?](#)

Ausbrechen - Aufbrechen - Zeichen setzen

Kösel Verlag, 2013

ISBN: 978-3-641-13529-4

eBook

€ 12,99

[Bevor ich auf der Strecke bleibe: Aus tiefen Quellen Kraft schöpfen](#)

Kösel Verlag, 2011

ISBN: 9783466370115

192 Seiten, Hardcover

€ 9,49

[Die Sonne sehen, auch wenn es dunkel ist](#)

Worte, die Kranken guttun

Kösel Verlag, 2008

ISBN: 9783466367863

160 Seiten, Hardcover

€ 14,95

Donnerstag, 9. Mai

Lebenshilfe

Vaterschaft - ein schützender Lebensraum für die Familie.

Ref.: Fadi Krikor, Gründer und Leiter Father's House for all Nations, Vater und Großvater

Father's House for all Nations

Altenhohenau 12

D-83556 Griesstätt

www.fhn.life

09:00

Nächste Sendung mit Fadi Krikor bei radio horeb:

Standpunkt am 02.06.2024, 20:00 Uhr

Thema: "Einheit in Vielfalt - gemeinsam Christus bekennen."

anlässlich der UNUM24-Konferenz vom 20.-23. Juni 2024

Mehr Information über die UNUM24-Konferenz vom 20.-23. Juni 2024:

unum24.de

Freitag, 10. Mai

Lebenshilfe

Schlaganfall in jungen Jahren: Zurück ins Leben finden.

Ref.: Meike Hörnke, Traumatherapeutin, Führungskräfte-Coach, Trainerin und

Schlaganfall-Überlebende

Internetseite der Referentin:

wendepunkt-schlaganfall.de

Meike Hörnke ist Traumatherapeutin, Heilpraktikerin für Psychotherapie und Teilhabe-Coach.

Mit "Wendepunkt Schlaganfall" steht sie Schlaganfall-Patienten bei.

Die Arbeit des Vereins setzt nach der Reha an und unterstützt Betroffene und Angehörige.

Telefon: +49 89 20 32 66 76

Mobil: +49 177-567 27 79,

E-Mail: info@wendepunkt-schlaganfall.de

10:00

Frau Hörnke ist außerdem Mitgründerin des Vereins "Neuro-Reha-Netz-München. Der Verein arbeitet überregional.

www.nrn.de

Tipps für pflegende Angehörige von Meike Hörnke: Schaffen Sie sich Entlastung Nehmen Sie Beratung zu sozialrechtlichen Fragen in Anspruch Organisieren Sie sich Unterstützung durch Pflegedienste, Angehörige oder auch einer Tagespflegeeinrichtung Erhöhen Sie Ihre Abgrenzungsbereitschaft, um für den pflegenden Angehörigen auch in Zukunft da sein zu können. Nehmen Sie sich Zeit für sich: Spazieren gehen, Verabredungen zum Kaffee trinken, Besuch der Kinder, Enkel oder auch Freunden, heiligen Messe, Rückzug ins eigene Zimmer (falls möglich) Versuchen Sie eine ständige Überforderung zu vermeiden Aufklärung über Krankheitsfolgen Blicken Sie der „Wahrheit“ mutig entgegen Wertschätzende Begegnung Was kann ich mir und dem Angehörigen zumuten? Die Beziehung/ (Verantwortungsbereiche) klären Nehmen Sie ggf. eine Eheberatung oder Seelsorge in Anspruch Lernen Sie offen über Ihre Gefühle zu sprechen Das sind mögliche erste Anlaufstellen: www.hilfesuermich.de [Stiftung Deutsche Schlaganfallhilfe](#) [Kompetenznetz Schlaganfall](#)

Samstag, 11. Mai

Lebenshilfe

Tochter sein, um Mutter zu werden - die geistliche Dimension der Mutterschaft leben.

Ref.: Birgit Gams, Sozialpädagogin und Referentin für die "Theologie des Leibes"
www.visionliebe.com

10:00

Birgit und Corbin Gams

Marktstraße 47, 6850 Dornbirn, Österreich

Tel. 0043 699 150 90 796

E-Mail: office@visionliebe.com Tipps aus der Sendung für junge Mädchen:

"Looking good inside & out" - ein Programm des Regnum Christi für Mädchen

zwischen 11 und 17 Jahren. Mehr Infos unter: <https://www.lgio.org/> TeenSTAR -

Orientierungs-Kurse für junge Menschen zu den Themen Freundschaft, Liebe und

Sexualität. Mehr Infos unter: <https://www.teen-star.de/> Katholische

Pfadfinderschaft Europas Pfadfinderinnen-Gruppen in ganz Deutschland. Infos

unter: <https://www.kpe.de/>

Montag, 13. Mai

Lebenshilfe

10:00

Lebenslinien. Angekommen - wie ich als Heimatlose zur Kirche fand.
, seit 2022 katholisch

Dienstag, 14. Mai

Lebenshilfe

Erbe und Vermächtnis. Was muss man beim Testament beachten?

Ref.: Dr. Anton Steiner, Fachanwalt für Erbrecht, Präsident Deutsches Forum für Erbrecht

Häufig gestellte Fragen

Viele der meist gestellten Fragen zum Thema Testament und die [Antworten von Dr. Steiner, Präsident des Deutschen Forums für Erbrecht e.V., finden Sie hier.](#)

+ Mehr Infos zum Erbrecht

Für die Vermittlung eines Fachanwaltes für Erbrecht steht Ihnen gerne das Deutsche Forum für Erbrecht e. V. zur Verfügung. Gründer und Ehrenvorsitzender ist Prof. Dr. Klaus Michael Groll.

Deutsches Forum für Erbrecht e. V.

Prannerstr. 6,

80333 München

Tel.: 089 2605 207

E-Mail: [deutsches\(at\)erbrechtsforum.de](mailto:deutsches(at)erbrechtsforum.de)

Im Internet: www.deutsches-forum-fuer-erbrecht.de

Folgende Kleinschriften aus Schriftenreihe des Deutschen Forums für Erbrecht sind bestellbar:

Die Erbschaftssteuer, Verkaufspreis: 5,00 €

Vererben mit Sinn und Verstand, Verkaufspreis: 10,00 €

Die gesetzliche Erbfolge, Verkaufspreis: 10,00 €

Frauensache - richtig erben und vererben

Ein erbrechtlicher Leitfaden speziell für die Frau

Verkaufspreis: 10,00 €

[Hier gelangen sie zu allen Veröffentlichungen.](#)

Weitere Schriften:

Erben und Vererben

vom Bundesministerium der Justiz

[Download](#) als PDF oder Kleinschrift anfordern beim

Bundesministerium der Justiz

Referat Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

11015 Berlin

Richtig vererben und verschenken

von der Verbraucherzentrale

3. Auflage 2020

256 Seiten, kartoniert

[Onlinebestellung](#)

Die Kleinschrift kann bei der Verbraucherzentrale auch schriftlich angefordert werden.

10:00

Donnerstag, 16. Mai

Lebenshilfe

Heilung nach Missbrauch - was hilft?

Ref.: Christina Zumdieck, Missbrauchsopfer, Autorin, Therapeutin

Von Missbrauch Betroffene können die Referentin persönlich kontaktieren. Bitte rufen Sie dazu den radio horeb-Hörerservice an, dem die Kontaktdaten vorliegen:
Tel. 08328 921110

Buch zur Sendung:

10:00

Christina Zumdieck

Ich bleibe. Katholisch. Trotzdem. Eine Geschichte von Missbrauch und Glauben.

Verlag Echter, 1. Edition (September 2022)

Taschenbuch, 160 Seiten

ISBN 978-3429057596

14,90 €

Bei dem Verdacht auf sexuellen Missbrauch wenden Sie sich bitte an die Missbrauchsbeauftragten in Ihrer Diözese.

Sollten Sie sich sexuell zu Kindern hingezogen fühlen, finden Sie Hilfe hier:

www.kein-taeter-werden.de

Freitag, 17. Mai

Lebenshilfe

Entwicklung der Geschlechtsidentität: Die Bedeutung der Mutter für den Sohn.

Ref.: Markus Hoffmann, Institut für dialogische und identitätsstiftende Seelsorge und Beratung (IdiSB)

Institut für dialogische und identitätsstiftende Seelsorge und Beratung - idisb e.V.

Website idisb

www.idisb.de/

Kontakt:

Hauptstr. 72

71732 Tamm

info@idisb.de Seelsorge- und Beratungstelefon:

Di. 13 - 17 Uhr

Mi. und Do. 9 - 12 Uhr

Tel. +49 7141 6889670

10:00

Sendungen 2024 mit Markus Hoffmann zu dieser Thematik:

Fr. 08.03.2024 Entwicklung der Geschlechtsidentität: Die Bedeutung der Mutter für die Tochter.

[Hier nachhören](#)

Fr. 17.05.2024 Entwicklung der Geschlechtsidentität: Die Bedeutung der Mutter für den Sohn.

Mo, 01.07.2024 Entwicklung der Geschlechtsidentität: Die Bedeutung des Vaters für die Tochter.

Fr, 13.09.2024 Entwicklung der Geschlechtsidentität: Die Bedeutung des Vaters für den Sohn.

Weitere Lebenshilfe-Sendungen mit Markus Hoffmann:

[Lebenslinien. Im Irrgarten der Identitätssuche - wie ich mit Gottes Hilfe zu meinem Mannsein fand.](#)

Markus Hoffmann, Institut für dialogische und identitätsstiftende Seelsorge und Beratung
[Geschlecht und Identität - Entwicklungsphasen in Kindheit und Jugend.](#)

Markus Hoffmann, Institut für dialogische und identitätsstiftende Seelsorge und Beratung

Montag, 20. Mai

Lebenshilfe

Gott blind vertrauen? Wie der Heilige Geist uns führt.

Ref.: Pfarrvikar Rainer Herteis

Weitere Sendungen mit Pfr. Rainer Herteis bei radio horeb: Spiritualität am 18.02.2024:

09:00

[Kehrt um und glaubt an das Evangelium - mitten im Alltag. Info](#)

[Kehrt um und glaubt an das Evangelium - mitten im Alltag. Podcast](#) Spiritualität am 23.03.2023:

[Das Gebot der Gottesliebe im Alltag umsetzen - Info](#)

[Das Gebot der Gottesliebe im Alltag umsetzen - Podcast](#) Abend der Jugend am 13.05.2024:

[Wissenwertes über die Muttergottes](#) Abend der Jugend am 13.09.2023:

[Vertrauen zu Gott](#)

Dienstag, 21. Mai

Lebenshilfe

Gaben des Geistes - spirituelle Fähigkeiten kennen und fördern.

Ref.: Katrin Kroll, Traumatherapeutin, Dozentin, Vorstand Ignis-Akademie

Website Ignis-Akademie:

www.ignis.de

10:00

Link zum Werkstattheft:

<https://www.ignis.de/shop/werkstattheft/gaben-des-geistes/>

[Gaben des Geistes | IGNIS Akademie](#)

Link zum Online-Vortrag mit pdf-Teilnehmerunterlagen:

[Geistliche Gaben \(Download\) | IGNIS Akademie](#)

Donnerstag, 23. Mai

Lebenshilfe

Transgeneracionales Trauma: Was gesehen und gefühlt werden will.

Ref.: Peggy Paquet, Therapeutin für Logotherapie und Liebevoller Zwiesprache

[Website von Peggy Paquet \(https://peggypaquet.de\)](https://peggypaquet.de)

Frühere Lebenshilfe-Sendung mit Peggy Paquet zu diesem Thema:

04.03.2024 Transgeneracionales Trauma - die geerbte Last.

[Podcast zum Leben in Beziehung | radio horeb](#)

10:00

Bei radio horeb gesendete Lebenshilfe-Themen mit Peggy Paquet ergänzend zur Sendung:

14.05.2021 Das außerordentliche Potential von Traumaheilung.

26.09.2017 Schmerz in Liebe verwandeln - mein Leben umarmen: Die Methode Liebevoller Zwiesprache.

09.05.2017 Wenn die Kindheit Wunden hinterlässt - Unser Herz kann heilen und stark werden !

12.12.2016 "Nimm mich einfach in den Arm und halte mich" - Bindungsverletzungen erkennen und heilen.

Freitag, 24. Mai

Lebenshilfe

Von Sonnenstich bis Salmonellen: Klosterheilkunde bei Sommererkrankungen.

Ref.: Frater Kilian Saum, Experte für traditionelle Klostermedizin

Buchempfehlungen:

Nur noch antiquarisch:

Das große Buch der Klosterheilkunde. Neues Wissen über die Wirkung der Heilpflanzen - Vorbeugen, behandeln und heilen.

10:00 Johannes Gottfried Mayer, Bernhard Uehleke und Kilian Saum

[Verlag Zabert Sandmann](#) Handbuch der Klosterheilkunde

von Pater Kilian Saum, Dr. med. Bernhard Uehleke

und Dr. Johannes G. Mayer

Verlag Zabert Sandmann, ISBN: 3-89883-019-0

Die kleine Klosterapotheke

von Pater Kilian Saum, Dr. med. Bernhard Uehleke

und Dr. Johannes G. Mayer

Verlag Zabert Sandmann, ISBN: 3898831183

Samstag, 25. Mai

Lebenshilfe

09:00

Liebesbündnis mit Maria: Den Glauben leben mit Kindern.

Ref.: Sr. M. Veronika Riechel, Theologin, Referentin Erwachsenenpastoral der Schönstattbewegung

Montag, 27. Mai

Lebenshilfe

Auch in dunklen Tagen "Ja": Männer im Einsatz für die Heiligkeit der Ehe.

Ref.: Dieter Zwikirsch, Georg-Häfner-Kreis für Männer in Trennung und Scheidung

Kontakt zum Georg Häfner-Kreis: Telefon D +49 8234/96 76 15 Telefon CH +41 79

628 16 08 mail@Georg-Häfner-Kreis.de www.Georg-Häfner-Kreis.de

10:00

Kontakt Familie Solitude Myriam Deutschland: Waltraut Sennewald Leitung FSM
Deutschland und Österreich +49 (0) 1758765418 +49 (0) 821 59986260

waltraut.sennewald@t-online.de

Kontakt Gemeinschaft Magnificat:

claudiaschultz@gmx.de

lydia-neu-wg@gmx.de

Dienstag, 28. Mai

Lebenshilfe

Wenn alles schief geht... Den Perfektionismus überwinden.

Ref.: Eva-Maria Admiral, Schauspielerin und Autorin

Buch zur Sendung: Es ist nie zu spät, befreit zu leben.

10:00

Eva-Maria Admiral

Brunnen-Verlag

Website von Eva-Maria Admiral

[Eva-Maria Admiral \(admiral-wehrlin.de\)](http://Eva-Maria%20Admiral%20(admiral-wehrlin.de)) Dokumentarfilm über Eva-Maria Admiral:
https://youtu.be/R2Xi_w8V_ks

Samstag, 1. Juni

Lebenshilfe

10:00

Kinderarmut in Deutschland. Das große Versagen von Politik und Gesellschaft.

Ref.: Bernd Siggelkow, Gründer und Leiter der Kinderstiftung DIE ARCHE

Montag, 3. Juni

Lebenshilfe

Europa - woher und wohin?

Ref.: Michael Ragg, Journalist und Leiter der Agentur Ragg's Domspatz

www.raggs-domspatz.de

10:00

Ragg's Domspatz GbR

Agentur für christliche Kultur

Michael und Vivian Ragg

Schloßstr. 2, 87534 Oberstaufen

Telefon: 08386 / 3 26 08 95

Mobil: 0173 / 5 62 16 20

Skype: domspatz-agentur

E-Mail: buero@raggs-domspatz.de

Frühere Lebenshilfe-Sendungen mit Michael Ragg

25.09.2023 Dankbar leben - Übungen für jeden Tag.

[Hier nachhören](#)

02.03.2023 Das christliche Menschenbild und die christlichen Wurzeln Europas.

[Hier nachhören](#)

Dienstag, 4. Juni

Lebenshilfe

Verwitwet. Wenn die "bessere Hälfte" auf einmal fehlt...

Ref.: Dr. Albert Wunsch, Paar- und Konfliktcoach, seit 2023 Witwer

www.albert-wunsch.de

Dr. Albert Wunsch

Im Hawisch 17, 41470 Neuss

Tel.: 02137 - 92 99 882

E-Mail: info@albert-wunsch.de

Bücher von Dr. Albert Wunsch:

[Wo bitte geht´s nach Stanford? Wie Eltern die Leistungsbereitschaft ihrer Kinder fördern können.](#)

Isabelle Liegl und Albert Wunsch

Verlag Beltz [Die Verwöhnungsfälle](#)

[Für eine Erziehung zu mehr Eigenverantwortlichkeit](#)

Kösel Verlag

[Mit mehr Selbst zum stabilen ICH!](#)

[Resilienz als Basis der Persönlichkeitsbildung](#)

Springer Verlag Berlin

[Abschied von der Spaßpädagogik](#)

Für einen Kurswechsel in der Erziehung

Kösel Verlag

Frühere Sendungen mit Dr. Albert Wunsch:

16.03.2023 Von der Kunst des Gebens und Nehmens.

[Podcast Von der Kunst des Gebens und Nehmens.](#)

17.07.2023 Bindung und Freiheit – ein Lob auf die Selbstbegrenzung!

[Podcast Bindung und Freiheit – ein Lob auf die Selbstbegrenzung!](#)

29.08.2023 EHE wir uns trennen. Mein Ehepartner – mein bester Freund?

[Podcast EHE wir uns trennen. Mein Ehepartner – mein bester Freund?](#)

Der Referent:

Dr. Albert Wunsch ist Psychologe, promovierter Erziehungswissenschaftler, Diplom Pädagoge und Diplom Sozialpädagoge. Bevor er 2004 eine Lehrtätigkeit an der Katholischen Hochschule NRW in Köln begann, leitete er rund 25 Jahre das Katholische Jugendamt in Neuss. 2013 begann er eine hauptamtliche Lehrtätigkeit an der Hochschule für Ökonomie und Management (FOM) in Essen und Neuss. Außerdem hat er seit vielen Jahren einen Lehrauftrag an der Philosophischen Fakultät der Uni Düsseldorf und arbeitet in einer eigenen Praxis als Paar-, Erziehungs-, Lebens- und Konflikt-Berater sowie als Supervisor und Konflikt-Coach (DGSV).

Montag, 10. Juni

10:00

Lebenshilfe

EHE wir uns trennen. Von Schwiegermüttern und Schwiegertöchtern.

Ref.: Ute Horn, Seelsorgerin und Autorin

Webseite von Ute Horn:

www.ute-horn.de

Persönlicher Kontakt zu Ute Horn kann über den Hänssler Verlag aufgenommen werden:

SCM Hänssler

im SCM-Verlag GmbH & Co. KG

Max-Eyth-Straße 41, 71088 Holzgerlingen

Telefon: 07031 7414-580

E-Mail: info@scm-haenssler.de

Website: www.scm-haenssler.de

10:00

Ute Horn ist Autorin zahlreicher Bücher.

Eine Liste der Bücher finden Sie [hier](#)

Webseite: "Deutschland unter dem Kreuz"

<https://dudk.de>

Karfreitagsaktion 2024 bei "Deutschland unter dem Kreuz"

[Karfreitagsaktion 2024 - Deutschland unter dem Kreuz \(dudk.de\)](#)

kleines Heft von Ute Horn als pdf runterladen oder als Heft bestellen

[Die Kraft des Kreuzes / Broschüre - Deutschland unter dem Kreuz \(dudk.de\)](#)

Buchempfehlung: „Die sieben Wunder des Kreuzes“ von Wilkin van de Kamp
2014 deutsche Ausgabe Glaubenszentrum Bad Gandersheim

[Mehr Info / Hier bestellen](#)

Dienstag, 11. Juni

Lebenshilfe

Gesund leben im Alter: Aktiv bleiben durch Bewegung und Geselligkeit.

Ref.: Dr. Jochen Gerd Hoffmann, Chefarzt Geriatrie St. Hildegardis Krankenhaus Köln

Website St. Hildegardis-Krankenhaus Köln:

www.hildegardis-krankenhaus.de

Mehr Information zum Thema:

[DGE Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V.](#)

10:00

Frühere und künftige Sendungen mit Dr. Jochen Gerd Hoffmann:

21.09.2023 Alzheimer - vorbeugen, erkennen und frühzeitig aktiv werden.

[Hier nachhören](#)

11.06.2024 Gesund leben im Alter: aktiv bleiben durch Bewegung und Geselligkeit.

26.09.2024 Gesund leben im Alter: Was man zuhause gegen Demenz tun kann.

Weitere Lebenshilfe-Sendungen zum Thema:

07.08.2023 Früchte, Beeren und eine gute Ernte - wie wir unsere Gesundheit stärken können.

[Hier nachhören](#)

23.06.2023 Klosterheilkunde - Gutes für den Darm

[Hier nachhören](#)

10.03.2023 Cholesterin - Risikofaktor Nummer eins für den Herzinfarkt

[Hier nachhören](#)

Donnerstag, 13. Juni

- 10:00 **Lebenshilfe**
Wechseljahre - das Hormonchaos verstehen und natürlich ausgleichen.
Ref.: Lissi Traub, NER-Beraterin und Hormon-Begleiterin
-

Freitag, 14. Juni

- Lebenshilfe**
Vom Abseits ins Leben: Über den Umgang mit Niederlagen und Siegen.
Ref.: Michael Stahl, Anti-Agressionstrainer und Autor
Webseite von Michael Stahl:
<https://www.protactics.de/michael-stahl/>
- 10:00 Buch zur Sendung:
Geheimsache Männerherz. Stahlhart, zerbrechlich & butterweich
von Michael Stahl und Klaus Hettmer
Gloryworld-Medien, 2. Auflage 2019
9783955783440'
14,90 €
e-Book
9783955784447
9,90 €
-

Montag, 17. Juni

- Lebenshilfe**
Fokus Schöpfung. Fülle! Die schöpferische Kraft des Lebens entdecken.
Ref.: Maria Anna Leenen, Einsiedlerin
Die Referentin im Internet: www.maria-anna-leenen.de
- Maria Anna Leenen ist Autorin zahlreicher Bücher, die Sie [hier](#) finden.
- 10:00 E-Mail: kontakt@maria-anna-leenen.de
- Postanschrift:
Postfach 1226, 49573 Ankum
- Das Buch zur Sendung:
Fülle. Die schöpferische Kraft der Natur. Weisheiten einer Eremitin.
von Maria Anna Leenen
Bonifatius Verlag, 2022, gebunden, 240 Seiten
-

Dienstag, 18. Juni

Lebenshilfe

Loslassen lernen - Zufriedenheit finden.

10:00

Ref.: Eva-Maria Admiral, Schauspielerin und Autorin

Website von Eva-Maria Admiral

[Eva-Maria Admiral \(admiral-wehrlin.de\)](http://Eva-Maria-Admiral.admiral-wehrlin.de) Dokumentarfilm über Eva-Maria Admiral:
https://youtu.be/R2Xi_w8V_ks

Donnerstag, 20. Juni

Lebenshilfe

Zum Weltflüchtlingstag: Integration braucht mehr als Minimalversorgung.

10:00

Ref.: Dr. Norbert Neuhaus, ehrenamtlicher Katechet für persische Taufkandidaten und Mitherausgeber der unabhängigen katholischen Zeitung "Die Tagespost"

Freitag, 21. Juni

Lebenshilfe

Endlich zur Ruhe kommen... Tipps für einen gesunden Schlaf.

Ref.: Dr. Michael Barczok, Lungenfacharzt und Schlafmediziner

Bücher von Dr. Michael Barczok:

10:00

Atem Los. Ihre Lunge verstehen, schützen, stärken. Verlag Mediathoughts, Sept. 2023

[Buch hier bestellen](#)

Luft nach oben. Wie richtiges Atmen uns stärker macht. Verlag Bastei Lübbe

[E-Book hier bestellen](#)

Samstag, 22. Juni

Lebenshilfe

Lebenslinien. Vom Straßenkind zur Königstochter.

10:00

Ref.: Natalie Schröder, Autorin

Montag, 24. Juni

Lebenshilfe

Mentale Stärke: Erfolg beginnt im Kopf.

Ref.: Alexander Egger, internationaler Motivationstrainer und High Performance Coach, Autor

10:00

Internetseite Alexander Egger:

[About | Alexander Egger Power Your Life | Salzburg](#)

Film über Alexander Egger:

https://www.youtube.com/watch?v=_3WkCiytFwE

Dienstag, 25. Juni

Lebenshilfe

Unser Blut - ein Spiegel unserer Gesundheit.

Ref.: Joseph Carl Schneider, Heilpraktiker

Mehr Information: <https://namvita.de> Kontakt: kontakt@namvita.de Telefon: 089 35646098

10:00

Frühere Lebenshilfe-Sendungen mit Joseph Carl Schneider:

05.03.2024 Die Magie des Herzens. Wie Emotionen unsere Gesundheit beeinflussen.

[Hier nachhören](#)

14.11.2023 Es wird dunkler - aber nur draußen! Tipps für Seele und Befindlichkeit.

[Hier nachhören](#)

07.08.2023 Früchte, Beeren und eine gute Ernte - wie wir unsere Gesundheit stärken können.

[Hier nachhören](#)

Donnerstag, 27. Juni

Lebenshilfe

Von der Harmoniesucht zur gesunden Konfliktfähigkeit.

Ref.: Sonja Theresia Hoffmann, Logo- und Traumatherapeutin

www.sonja-th-hoffmann.de

Sonja Th. Hoffmann OFS

Therapie - Beratung - Ausbildung

10:00

86577 Sielenbach OT Schafhausen

Tel.: +49 8258-997 55 20

FAX: +49 8258-997 55 21

E-Mail: sth@sonja-th-hoffmann.de

Frau Hoffmann steht auch für Vorträge zur Verfügung. Ist der Vortragsort in ihrer Nähe, ist sie offen für Einladungen.

Freitag, 28. Juni

Lebenshilfe

Die Rente verbessern in unsicheren Zeiten.

Ref.: Andreas Irion, Vorstand im Bundesverband der Rentenberater

10:00

Samstag, 29. Juni

Lebenshilfe

Lebenslinien. Immer zu viel und niemals genug... Warum ich mich fast zu Tode gehungert habe.

Ref.: Ariatani Wolff, Autorin von "Aus dem Leben gefallen"

Kontakt zur Autorin:

Ariatani Wolff auf LinkedIn, Facebook, Instagram Bücher zur Sendung:

10:00

Ariatani Wolff, Matthias C. und Heidi Wolff:

Aus dem Leben gefallen. Mein Kampf gegen die Magersucht und das Ringen um Gottes Zusagen.

Verlag: SCM Hänssler

Alicia Lupinia und Marie Sommer:

Verschwunden in mir. Persönliche Einblicke in die widersprüchliche Welt der Anorexie.

Verlag: Agenda
