

Samstag, 30. März

Lebenshilfe

Hilfen auf dem Weg durch die Trauer.

Ref.: Dr. Sabine und Diakon Dr. Wolfgang Holzschuh, Pastoraltheologen und Trauerbegleiter

Website von Dr. Sabine und Diakon Dr. Wolfgang Holzschuh:

www.trauergeschichten.de

Termine:

Trauerseminare

10:00

<https://www.trauergeschichten.de/angebote/trauerseminare.html>

Pilgerreise für Trauernde nach Lourdes vom 29.08. bis 02.09. 2024

<https://www.pilgerreisen.de/t-trauerreise-lourdes>

[Flyer als pdf herunterladen](#)

Literaturempfehlung:

"Trauer ist wie eine Wunde."

Heft zur Bewältigung von Trauer

www.werkblaetter.de

[Hier bestellen](#)

Montag, 1. April

Lebenshilfe

Lebenslinien. Wie Gott meinen Schmerz vergoldet hat.

Ref.: Melanie Oetting, Gründerin von FamilyHomes

Webseite von FamilyHomes:

www.familyhomes.services/

09:00

Frühere LH-Sendung am 08.04.2021 mit Melanie Oetting: FamilyHomes - unser Haus für Gott und Gäste öffnen

[Hier nachhören](#)

Buch von Melanie Oetting:

[Gefunden: Begegnungen im Alltag](#)

Verlag Books on Demand [Hier](#) kommen Sie zum [Blog von Melanie Oettinger](#).

Dienstag, 2. April

Lebenshilfe

Asperger Autismus. Erfahrungen einer Mutter im Umgang mit besonderen Kindern.
Ref.: Regula Havener, Pastorin und Mutter von einem Kind mit Asperger Syndrom
Buchtipps zum Thema: 22 Dinge, die eine Frau wissen muss, wenn sie einen Mann mit Asperger-Syndrom liebt

Rudy Simone

Kommode Verlag

24,00 €

[Mehr Info / Hier bestellen](#)

Wie unsichtbare Funken

Elle McNicoll

Atrium Verlag AG. Zürich

15,00 €

[Mehr Info / Hier bestellen](#)

Autismus: Adlerblick + Tunnelsicht 2. Tipps für Lehrer

Melanie Matzies-Köhler

Taschenbuch, 7,99 €

[Mehr Info / Hier bestellen](#)

Zirkus im Kopf: Diagnose: Autismus Störung - der tägliche Kampf im System

Liv Cadler & Saskia Susanne

Taschenbuch, 27,90 €

[Mehr Info / Hier bestellen](#)

10:00

Donnerstag, 4. April

Lebenshilfe

Pizza und Co.: Leckeres Fladengebäck zum Selberbacken.

Ref.: Daniel Blattert, Müllermeister

<https://blattert-muehle.de>

Rezepte: <https://blattert-muehle.de/Rezepte/rezepte.html>

10:00

Frühere Sendungen mit Müllermeister Daniel Blattert:

28.03.2023, Lebenshilfe

Hefekränze, Rosinenbrot – Hefeteige für Ostergebäck traditionell herstellen.

[Hier nachhören](#)

28.09.2018, Lebenshilfe

Traditionen pflegen - Brot und Brötchen selbst backen.

[Hier nachhören](#)

Freitag, 5. April

10:00 **Lebenshilfe**
Mit dem Rosenkranz gegen die Terrormiliz.
Ref.: Bischof Oliver Dashe Doeme und Jean Paul Kayihura,
Kontinentalverantwortlicher der Weltfamilie von Radio Maria

Samstag, 6. April

10:00 **Lebenshilfe**
Was Priester über Natürliche Empfängnisregelung wissen sollten.
Ref.: Karolin Wehler, Institut für Natürliche Empfängnisregelung Prof. Dr. Rötzer
Buch zur Sendung:

Natürliche Empfängnisregelung
von Josef Rötzer und Elisabeth Rötzer
[Mehr Information / Hier bestellen](#)

Internetseite: www.iner.org
Link zu weiterer Literatur zum Thema: [Literaturhinweise](#)

Kurse zu natürlicher Empfängnisregelung: Link zu [aktuellen Kursangeboten](#)

Von der Referentin empfohlene App: INERCYCLE

Montag, 8. April

Lebenshilfe

Stress ade! Wie man unter Druck die Nerven behält.

Ref.: Dr. Dagmar Amling, Fachärztin für Allgemeinmedizin und Psychopädin nach Dr. Udo Derbolowsky
www.dr-amling.com

Dr. med. Dagmar Amling

Fachärztin für Allgemeinmedizin
Flugmedizin
Psychopädin nach Dr. Udo Derbolowsky
TrophoTraining Trainerin

Zentrum für Allgemeinmedizin
Sudetenstraße 1a, 86551 Aichach
Telefon: 08251-204 46-0
E-Mail: dagmar.amling@psychopaedie.de

Institut für Psychopädie:
www.institut-fuer-psychopaedie.de

Dr. Jakob Derbolowsky, der Gründer der Akademie für Psychopädieder und der Alltagswerkstatt auf radio horeb, ist am 24. Oktober 2019 nach schwerer Krankheit von dieser Welt gegangen. Seine Arbeit wird weiter geführt.
Möchten Sie Kontakt mit der Akademie für Psychopädie Dr. Derbolowsky aufnehmen, finden Sie weitere Infos auf
www.psychopaedie.de

Akademie für Psychopädie Dr. Derbolowsky
Kreuzstraße 32 a, 82110 Germering
Tel.: 089-834 16 76
E-Mail info@psychopaedie.de

[TrophoTraining® Institut | Entspannung Stressbewältigung Mentaltraining Kurse & Ausbildung](http://www.trophotraining.de)
www.trophotraining.de

TrophoTraining® (Blitzentspannung für mehr Ruhe und Gelassenheit in 3 x 1 Minute am Tag)

- ist DER Joker gegen Stress
- ist das Schutzschild für Ihre Gesundheit
- hält fit und beugt Erschöpfung vor
- ist kurz, hoch wirksam und überall anwendbar
- ist wissenschaftlich untersucht und die Wirksamkeit belegt

[Hier](http://www.institut-fuer-psychopaedie.de/kurse) finden Sie die Kurse für das TrophoTraining®: www.institut-fuer-psychopaedie.de/kurse

Das sind die nächsten Termine der Online-Kurse in TrophoTraining®:

TT3/24 - Manuela Haas, 06.05., 13.05. und 27.05.2024, Montags, jeweils 17.00 - 18.30 Uhr
Information und Anmeldung bei Manuela Haas, eMail: manuela.haas@psychopaedie.de

TT4/24 - Dr. Katrin Sachse, 17.09., 24.09. und 08.10.2024, Dienstags, jeweils 18.30 - 20.00 Uhr
Information und Anmeldung bei Dr. Katrin Sachse, eMail: katrin.sachse@psychopaedie.de

TT5/24 - Dr. Katrin Sachse, 05.11., 12.11. und 19.11.2024, Dienstags, jeweils 18.30 - 20.00 Uhr
Information und Anmeldung bei Dr. Katrin Sachse, eMail: katrin.sachse@psychopaedie.de

Möchten Sie telefonischen Kontakt zu den einzelnen Trainern aufnehmen, finden Sie [hier](http://www.trophotraining.de/trainer) die Kontaktliste:
www.trophotraining.de/trainer

Buchempfehlungen:

[Stärken Sie Ihre seelische Gesundheit](#)
[Psychopädie: Liebenswert bist du immer](#)
von Jakob Derbolowsky Udo Derbolowsky
Junfermann Verlag, Preis: 20,00 €

[TrophoTraining - So fühle ich mich wohl](#)
[Siebenmeilenstiefel - zu zielgerichteter Entspannung](#)
[\(Das Anleitungsbuch\)](#)
von Jakob Derbolowsky
Verlag Psychopädica, Preis: 10,50 €

[Das Hintergrundbuch zum TrophoTraining:](#)
[TrophoTraining](#)
[Dreimal täglich eine Minute gegen Stress und für Gesundheit](#)
von Jakob Derbolowsky
Junfermann Verlag, Preis: 20,00 €

10:00

Dienstag, 9. April

Lebenshilfe

10:00

EHE wir uns trennen. Charaktertypen: sich verstehen - einander ergänzen.

Ref.: Lucia Hauser, Leiterin der Initiative LIEBELEBEN.com

Webseite von LIEBELEBEN.com:

www.liebeleben.com

Donnerstag, 11. April

Lebenshilfe

Es ist genug! Zeit für meine Heilung.

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, 12. April

Lebenshilfe

Gebiss, Brücke, Implantate... Die beste Lösung bei Zahnverlust.
Ref.: Dr. med. dent. Markus Pfister, Zahnarzt und Implantologe
Kontaktinformationen:

Im Internet: www.dr-pfister.de

Dr. med. dent. Markus Pfister
Dr. med. dent. Catrin Pfister
Hirschstr. 4, 87509 Immenstadt
Tel.: 08323-62 62
Fax: 08323-62 02
eMail: info@dr-pfister.de

Sprechstunde nach Vereinbarung
Montag - Freitag 8 - 12 Uhr und 14 - 18 Uhr

Umfassendere Informationen zu zahnärztlichen implantologischen Maßnahmen oder einen Implantologen finden Sie im Internet unter:

<http://www.dgzi-info.de/index.php>

10:00

DGZI
Deutsche Gesellschaft
für Zahnärztliche Implantologie e.V.
Feldstrasse 80, 40479 Düsseldorf
Tel.: 0800 - 3494835*
Fax: 0800 - 3494329*
*kostenfrei aus dem dt. Festnetz
eMail: sekretariat@dgzi-info.de
Frühere Lebenshilfe-Sendungen mit Dr. Pfister:

17.03.2017 Zahnimplantate - Lebensqualität durch feste Zähne.

[Hier nachhören](#)

29.04.2013 Meine Dritten machen mir Probleme.

[Hier nachhören](#)

25.10.2011 Zahnvorsorge für lebenslang gesunde Zähne.

[Hier nachhören](#)

05.08.2011 Schöne Zähne um jeden Preis?

[Hier nachhören](#)

08.10.2008 Zahnimplantate, eine Alternative zu Brücke und Gebiss?

[Hier nachhören](#)

Samstag, 13. April

Lebenshilfe

Lebenslinien. Die Melodie des Lebens - Lobgesang einer Musikerin auf die Schönheit der Familie.

Ref.: Milena Marton, Pianistin und Mutter

Webseite von Milena Marton:

www.milenamarton.com

10:00

Montag, 15. April

Lebenshilfe

Behinderte Kinder gibt es nicht!

Ref.: Dr. Christel Manske, Hirnforscherin, Psychologin, Pädagogin und Autorin

Mehr Infos zur Pädagogik von Dr. Christel Manske:

www.christel-manske-institut.de

Christel Manske Institut

Charlottenstr. 32, 20257 Hamburg

Tel. 040 - 491 10 51

Eine Auswahl der Bücher von Dr. Maske:

[Schreibbuch zur inklusiven Lesefibel](#)

Spielen - Schreiben - Lesen

[Inklusive LeseFibel](#)

[für Kinder mit Down-Syndrom, Leseratten und Legastheniker](#)

[Wie kommt das Denken in meinen Kopf ... im Mathematikunterricht?](#)

[Schlechte Schüler gibt es nicht](#)

[Hier](#) kommen Sie zu allen Büchern von Dr. Christel Manske:

www.christel-manske-institut.de/buecher

10:00

Fortbildungsprogramm für die Organisation von Selbsthilfegruppen

Wir wissen, dass das Lernen der Entwicklung voraussetzt. Unsere Aufgabe besteht darin, mit unseren Kindern so zu lernen, dass sie sich entwickeln können. L.S. Vygotskij geht davon aus, dass jede Behinderung in erster Linie sozialer Natur ist. Der pädagogische Optimismus, der von seinem Werk ausgeht, ist nicht unbegründet. Es ist notwendig, dass wir uns gemeinsam fortbilden. Wenn wir dann die Erfahrung machen, dass es an der Zeit ist gemeinsam zu forschen, haben wir die Möglichkeit, Selbsthilfegruppen zu organisieren.

Die Fortbildungen finden digital am Samstag und Sonntag statt. Die Kosten für jedes Wochenende betragen 250,- Euro. Falls Teilnehmer*innen nicht an allen Modulen teilnehmen möchten, ist es möglich, sich nur für einzelne Modulwochenenden anzumelden.

Kurs A Pädagogik

Sprachentwicklung 03. und 04. Juni 2023 Philosophie 24. und 25. Juni 2023

Sachkundeunterricht 23. und 24. September 2023 Mathematikunterricht 21. und 22. Oktober

2023 Funktionelle Systeme 11. und 12. November 2023 Der gute Unterricht 09. und 10.

Dezember 2023

Kurs B Heilpädagogik

Verhaltensstörung 17. und 18. Juni 2023 Funktionelle Systeme 08. und 09. Juli 2023

Diagnostik 07. und 08. Oktober 2023 Downsyndrom 28. und 29. Oktober 2023 Autismus 25.

und 26. November 2023 Philosophie/ Psychose 16. und 17. Dezember 2023

Dienstag, 16. April

Lebenshilfe

Heilung für Frauen und Männer nach Abtreibung.

Ref.: Pfr. Josef Alber, Exerzitienleiter und Mitarbeiter bei "Rachels Weinberg"

Webadresse Rachels Weinberg

<https://rachelsweinberg.de/>

Betroffene können sich melden ab dem 23.04.2024 bei der Aktion Leben e.V.

Aktion-Leben e.V.

Steinklingener Str.24

69469 Weinheim

Ortsteil: Oberflockenbach Tel. 06201 / 2046

Fax. 06201 / 23848

Email: g.hueter-ramm@aktion-leben.de

Termine für die nächsten Besinnungswochenenden von "Rachels Weinberg":
Deutschland:

Donnerstag, 18.04. bis Samstag, 20.04.2024 in Weinheim

Donnerstag, 14.11. bis Samstag, 16.11.2024 in Weinheim

Mehr Info: E-Mail g.hueter-ramm@aktion-leben.de

Termine Österreich:

15.11. - 17.11.2024 in Niederösterreich

Mehr Info: E-Mail rachelsweinberg@email.de

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.

10:00 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 GdB

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

Ein kleiner Sketsch mit Frieda und Kamilla auf [youtube](#)

Workshoptag in Regina Pacis: Berufen zur Freiheit. Mit Glaube und Humor das Leben spielend bewältigen.

06. August 2022

09:00

[link](#)

Infos zur Ausbildung zu Klinikclowns: Dachverband Clowns in Medizin und Pflege Deutschland e.V.

Obere Hauptstraße 3

85354 Freising Tel. 08161-149785

Fax 08161-149819 » www.dachverband-clowns.de

» info@dachverband-clowns.de

» [Nachricht schreiben](#)

Dienstag, 21. Mai

Lebenshilfe

10:00

Gaben des Geistes - spirituelle Fähigkeiten kennen und fördern.

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

Donnerstag, 23. Mai

Lebenshilfe

Transgenerationales 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 Transgenerationales 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

- 10:00 **Lebenshilfe**
Von Sonnenstich bis Salmonellen: Klosterheilkunde bei Sommererkrankungen.
Ref.: Pfr. Kilian Saum, Experte für traditionelle Klostermedizin
-

Samstag, 25. Mai

- 09:00 **Lebenshilfe**
Liebesbündnis mit Maria: Den Glauben leben mit Kindern.
Ref.: Sr. M. Veronika Riechel, Theologin, Referentin Erwachsenenpastoral der
Schönstattbewegung
-

Montag, 27. Mai

- 10:00 **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
-

Dienstag, 28. Mai

- 10:00 **Lebenshilfe**
Wenn alles schief geht... Den Perfektionismus überwinden.
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
-

Freitag, 31. Mai

- 10:00 **Lebenshilfe**
Live vom Katholikentag in Erfurt.
Besuchen Sie uns: Medienmeile des Katholikentages,
Mod.: Astrid Moskopf
Infos zu unserem Programm vom Katholikentag auf unserer [Internetseite](#).
-

Samstag, 1. Juni

- 10:00 **Lebenshilfe**
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

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

10:00

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 Verwöhnungsfalle](#)

[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 €
