

<b>10 Jahre Bonn Femmes - Wir schenken uns einen Tag</b>		
Wer feiert?	Jede Frau, die mindestens 1x an einer Femmessage teilgenommen hat	Nicht für neue Femmes
Anmeldung	Um Anmeldung wird gebeten, Du kannst aber auch spontan kommen.	Per Email <a href="mailto:info@bonnfemmes.de">info@bonnfemmes.de</a> oder Facebook
Wann	Samstag, 1. September 2018	
Uhrzeit	Ab 15 Uhr, Ende offen	
Wo	Fußballgolfplatz Gut Heiderhof, zwischen Niederholtdorf und Vinxel  Im Blumenzelt und auf der Wiese	
Wichtig	Outdoor-Kleidung also auch etwas für einen kühlen Abend einpacken	
<b>Programm</b>		
Netzknüpfen	Viele Seilstücke ergeben ein großes Netz.	Angelika
Riesenklängelei	Ihr könnt einen schön gestalteten Klüngelgutschein mitbringen oder die ausgelegten Gutscheine ausfüllen.  Lasst Euch etwas einfallen für unsere Riesenklängelei!	Ulla
Unterhaltung/ Moderation	Dein witzigstes, spritzigstes Erlebnis mit den Femmes	Sylvia
Tanz Femmes-Line (nach Pina Bausch)	Das Bonn Femmes-Gefühl umgesetzt in Bewegung. Marita Hoscheidt tanzt mit uns die Femmes-Line  Angelehnt an die berühmte Nelkenline von Pina Bausch	Marita
Ritual	Wir verbinden uns von Herz zu Herz	Marita

Fotowand	Fotos aus 10 Jahren Bonn Femmes	Monika
Jahresrückblicke	Blättere durch 10 Jahre Newsletter, Veranstaltungsflyer besondere Begegnungen	Ulla
Buffet	Jede Femme bringt ihre selbstgemachte Lieblingsspeise mit.  Platten und Schlüssel sollten auf der Unterseite mit dem Namen der Spenderin beschriftet sein	Alle  Getränke besorgt das Orga-Team
Teller, Besteck, Gläser	Ihr kennt das ja von Schulfesten: Bring Dir Deine Ausstattung mit	alle

## Rückblick:

### Montags-Femmessage am 2. Juli um 19 Uhr

im Bistro des Beuel Vital, Siegburger Str. 54, 53229 Bonn

Nach eindrucksvollen und mitreißenden Schnuppereinheiten der verschiedenen Richtungen des Tribal Bellydance und des orientalischen Tanzes hatten wir schnell ein paar einfache Grundschrirte intus und haben begeistert im Kreis der Frauen getanzt. Nourani Gamal - Fantàsia Orientica [www.fantasiaorientica.de](http://www.fantasiaorientica.de) hat uns Anteilnehmen lassen an ihren Erlebnissen in exotischen Ländern mit außergewöhnlichen Menschen.  
Vielen Dank, Königin der Wüste!



## Femmessage:

Montag, 6. August ab 19 Uhr im Lesecafé, Königstr. 78, Bonner Südstadt. Parken kann man an der Poppelsdorfer Allee ganz gut. (

### Wir nehmen uns viel Zeit zum Austausch

- Aktuelles aus dem Netzwerk
- Vorstellungsrunde: jede Frau hat 2 Min. Zeit  
Überlege Dir vorher, was Du uns über Dich sagen möchtest. Das ist eine sehr gute Übung um auf den Punkt zu kommen und andere neugierig zu machen. Feedback der anderen Femmes ist ausdrücklich erwünscht!
- Dann ist ausgiebiges Klüngeln angesagt, also denkt an Eure Flyer!
- Klügel-Gutscheine ziehen

### Anmeldung per Email ; kostenfreie Abmeldung nur bis 48 Stunden vorher.

Das Vortragsthema steht noch aus. Bitte melden, wenn Du an diesem Abend etwas präsentieren möchtest.

Auch für den ersten Montag im Oktober, November und Dez. 2018 kannst Du Dich schon melden! Die Vortragende bekommt unsere volle Aufmerksamkeit, dafür sorgt sie für Snacks und Getränke

### 13.08. Frühstückstreffen der Bonn Femmes um 9 Uhr im Cassiusgarten

Das Treffen der Bonn Femmes für einen guten Start in die Woche.

Für Fragen und Anmeldungen an Viviane Betz, Psychologin und Künstlerin - [www.VifArt.de](http://www.VifArt.de) bitte per email [v.betz@web.de](mailto:v.betz@web.de)

## Angebote / Veranstaltungen / Seminare:

### Angelika Binding, Heilpraktikerin

#### Bewegung und Meditation, Anmeldung für den nächsten Kurs ist jetzt möglich!

In diesem Kurs wechseln sich einfache Bewegungsabläufe zu entspannender Musik mit geführten Meditationen und „sitzen in Stille“ ab. Der Kurs hilft dabei, den Kopf frei zu bekommen und zu mehr Ruhe und Gelassenheit im Alltag zu finden. Die geführten Meditationen entspannen den Körper und lassen den Geist weit werden.

Der Kurs findet immer Mittwochs im Haus der Familie in Bad Godesberg statt, und startet am 05.09. um 20.00 Uhr. Es sind neun Unterrichtsstunden geplant, die Kursgebühr beträgt 69,00 Euro. Anmeldungen und weitere Infos gibt es unter [Info-hdf@ekir.de](mailto:Info-hdf@ekir.de).

Ich freue mich sehr Euch dort zu sehen!  
Eure Angelika Binding, Heilpraktikerin

\*\*\*\*\*

### balance-praxis Ulla Stoll, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Hypnosetherapie und Kinesiologie. Die HypnoseFrau in der balance-praxis.

**NEU:** Hypnose in der Salzgrotte Beuel Vital.  
Am **13. September 2018 um 18 Uhr**, Preis: 25 EUR.

Eine Stunde genießen und entspannen, neue Kraft und Energie schöpfen in einem wunderschönen Ambiente der Salzgrotte. Anmeldung unbedingt erforderlich – direkt in der Salzgrotte: [www.Beuel-vital.de](http://www.Beuel-vital.de).

Meine Themenschwerpunkte der Hypnosetherapie in meiner Praxis:  
Abnehmen: **HypnoSlim®** – Seelenhunger in Balance,  
Rauchentwöhnung: **HypnoQuit** – Rauchfrei in Balance ,  
Ängste und Phobien: **HypnoSave®** – Sicher in Balance .

Nähere Infos auf meiner neuen Website: [www.Die-HypnoseFrau.de](http://www.Die-HypnoseFrau.de).

Adresse: Gut Elsfeld, Elsfeld 1, 53639 Königswinter,

Tel.: +49 (0) 173 57 47 641 und gerne auch auf Facebook:

<https://www.facebook.com/UllaStollDieHypnoseFrau/>.

\*\*\*\*\*

### **Karin Ittenbach**

Ich, Karin Ittenbach, habe in Troisdorf Bergheim, Siegstr. 1, meinen Praxisraum gefunden und bin sehr zufrieden.

Ein weiterer Praxisraum ist frei und vielleicht ist jemand auf der Suche.

### **Praxisraum zu vermieten:**

53844 Troisdorf Bergheim, Siegstr. 1

2 Etage ohne Aufzug - ca. 26 qm.

300,00 € Miete

**Telefon: 0228/9455627 /[www.nib-troisdorf.com](http://www.nib-troisdorf.com)**

Praxis für Kinesiologie

Handy Nr.: 0177 751 29 86

[www.kinesiologie-ittenbach.de](http://www.kinesiologie-ittenbach.de)

[karin-ittenbach@gmx.de](mailto:karin-ittenbach@gmx.de)

\*\*\*\*\*

### **Simone Au, Naturheilpraxis Siegauen in Troisdorf Bergheim**

Die Frau für die gute Verdauung, Hilfe bei Verdauungsbeschwerden, Allergien und Darmproblemen.

Ursachen-Orientierte Therapie bei Schmerzen und Gelenkproblemen (Verspannungen, Arthritis, Arthrose, Rheuma): Hilfe bei blockierten Gelenken, Entzündungen und Narben.

[WWW.nhp-Siegauen.de](http://WWW.nhp-Siegauen.de)

Termine und Beratung 0174-5169062

Und [info@nhp-Siegauen.de](mailto:info@nhp-Siegauen.de)

\*\*\*\*\*

### **Christina vom Lesecafé**

**21.07.2018**

Der bekannte Schauspieler und Illustrator Thomas Franke liest Geschichten von Roald Dahl, Robert Louis Stevenson, Ilja Ilf und Jegeni Petrow und anderen unter dem Titel "WER ANDERN EINE GRUBE GRÄBT, IST SELBST EIN SCHWEIN ungewöhnliche, - nein: Schauergeschichten über „das Pack" (Der Mime Thomas Franke

befindet sich auf der Höhe der Zeit, wenn er mit sonderlichst ausgesuchtem literarischen Material beweist wie es aussieht, wenn der Mensch des Menschen Wolf ist [homo homini lupus] - oder sein Schwein.)

Einlass 19:00 Uhr, 17.-€, bei Voranmeldung 15.-€, inkl.eines Begrüßungsgetränk

**27.07.2018** Autorenlesung aus „Das Geheimnis von Antakana“

Lassen Sie sich von Ute Raasch auf eine ferne exotische Welt entführen und begleiten Sie die Protagonisten bei ihren ersten Schritten auf diesem geheimnisvollen Planeten.

[www.uteswelten.de](http://www.uteswelten.de)

Einlass 18:30 Uhr, 10.-€, bei Voranmeldung 8.-€ [www.uteswelten.de](http://www.uteswelten.de)

Voranmeldungen telefonisch: von Mittwoch bis Sonntag zwischen 12 und 18:00 Uhr unter 0228-85030955

per Mail: schreiben an [christina.lesecafe@gmx.de](mailto:christina.lesecafe@gmx.de)

LeseCafé Bonn, Königstraße 78, 53115 Bonn

\*\*\*\*\*

**Dagmar Hecht, Hypnose. NLP. Therapie. Coaching.**

**„Die Macht des Unbewussten“**

**Einladung zur Sommerparty & Lesung in neuen Räumen**

Für die verschiedenen Coaching- und Therapieformen, die ich in meiner Hypnosepraxis anbiete, sind meine bisherigen Räume schon wieder zu klein geworden, weswegen ich eine Tür weitergezogen bin. Ich begrüße Sie zwar weiterhin an gleicher Adresse nah am Rhein in der Bonner Südstadt, aber nun in noch großzügigerem Ambiente.

Meine neue Praxis möchte ich Ihnen gerne vorstellen. Deswegen lade ich Sie herzlich zu einer Sommerparty ein. Sie können die neuen Räumlichkeiten besichtigen und sich über Hypnose und NLP informieren. Als Special guest liest der Bonner Bestseller-Autor Claus Vaske Auszüge aus seinem aktuellen Comedy-Roman „Gustaf – Alter Schwede“, mit dem er bereits mehrfach das Publikum begeistert hat.

„Gustaf – Alter Schwede“ ist eine fröhliche Gespenstergeschichte für Erwachsene – und ganz am Rande geht es auch darin wie in der Hypnose um die Macht des Unterbewusstseins.

Freuen Sie sich auf einen amüsanten Kennenlern-Abend, zu dem ich Sie gerne in meiner Praxis begrüße!

Dienstag, 07.08.2018, Praxis für Hypnose und NLP,  
Schaumburg-Lippe-Str. 4a, 53113 Bonn

Herzliche Grüße Dagmar Hecht

P.S.: Da die Anzahl der Plätze begrenzt ist, bitte ich um eine Zusage bis zum 31. Juli 2018 unter [mail@dagmar-hecht.de](mailto:mail@dagmar-hecht.de)

\*\*\*\*\*

**Urwege nach Innen, Muttertrommelschamanismus, Michaela Baltz**

Montag d. 03.09 18 19.00Uhr Einführung in den europäischen Schamanismus  
An 8 Abenden, die aufeinander aufbauen , hast Du die Möglichkeit, das Basiswissen des Schamanismus´ zu erlernen.

Reisetechniken, Umgang und handeln in Schamanischen Reisen, Rituale, und das

Schamanische Weltbild werden Bestandteile dieser Abende sein. Das erlernte kannst Du dann gut im Alltag für Dich anwenden. Wir beginnen mit:

1. Abend Reise zum Krafttier/Geisttier
2. Abend Vulkan der Kraft (der Ort in Dir , der Dir Deine Kraft anzeigt...was gibt es hier zu heilen?)
- 3, Abend Seelenanteilaustausch (im Laufe der Zeit nehmen wir unbewusst von Menschen die wir lieben Anteile auf in uns, um ihnen zu helfen und geben zum Teil Anteile ab...hier kannst Du lernen wie Du sie zurückgeben und zurückholen kannst. )
4. Bindungen lösen ( Bindungen halten uns fest, wir lernen sie zu lösen um Verbindungen, frei und in Liebe , aufzubauen.)
5. Herrscher kennenlernen und auflösen. Herrscher sind in schamanischen Reisen meist sehr große zunächst furchterregende Wesen...Sie sind entstanden, wo wir uns,um zu überleben beherrscht , unterdrückt und vieles geschluckt haben. Meist erweisen sie sich als bedürftige Anteile, Innere Kinder, gefüllt mit Glaubenssätzen , Seelenanteilen und Bindungen.
6. Schamanische Reise zu den Ahnen
7. Umgang mit fremden Seelen und wie wir sie ins Licht schicken können.
- 8.Schamanische Bootsreise Wenn jemand große Not hat, ein aktuelles sehr schwieriges Thema, dann können alle für die Person reisen, so bekommt sie viele Aspekte des Themas und Heilung auf verschiedenen Ebenen geschenkt. Alle in einem Boot.

Ich habe eine Mappe erstellt, die Ihr bekommt. So könnt Ihr alles zu Hause nachschauen.

Bei Interesse bitte verbindlich anmelden unter [eiowa7@gmail.com](mailto:eiowa7@gmail.com)

53844 Troisdorf/Kriegsdorf, Ahornweg 8 02241 403150

Gesamtkosten 250,-€ Ratenzahlung ist nach Absprache möglich. Je nach Teilnehmeranzahl und Themen gehen die Abende 2-3 Stunden.

Ich freue mich sehr auf die Begegnungen und die Abende, im Sinne der Schöpfung und der Liebe

Michaela

\*\*\*\*\*

## **Ulla Menger**

### **Damenfahrrad abzugeben**

Da ich zum Geburtstag ein neues Fahrrad bekommen habe, gebe ich meinen treuen alten Drahtesel für 20 Euro ab. 26" Räder, 3-Gang-Schaltung, Weißwandreifen und Lenkerkorbchen



**Wandklavier KAWAEI KX-10 in sehr gutem Zustand für 1.550 € inkl. Klavierbank.**

Aus Platzgründen müssen wir unser schönes KAWAEI KX-10 Wandklavier abgeben. Unser Sohn hat an diesem Instrument mit Freude das Klavierspielen gelernt. Nun haben wir ein zweites Klavier aus der Familie übernommen und trennen uns aus Platzgründen vom KX-10.

Der Neupreis war ein Werbeangebot der Firma KAWAI und betrug 3.290 € (Rechnung vorhanden). Das Klavier wurde in regelmäßigen Abständen gestimmt. Der Zustand ist einwandfrei.

Auf Wunsch schicke ich Dir weitere Fotos und Infos.

