

VOR ALLEM ABER
**behüte dein Herz, denn dein
HERZ BEEINFLUSST *dein*
ganzes Leben.**

Die Bibel



Die Entwicklerinnen von
»Body, Spirit, Soul«

Beate Nordstrand
arbeitet als selbstständige Diätassistentin. Sie
leitet die Freundinnen-Arbeit in ihrer Gemeinde
und referiert zu unterschiedlichen Aspekten der
ganzheitlichen Gesundheit.

Heike Malisic
hat mit ihrem Mann eine Gemeinde in Appenweier
gegründet. Dort ist sie hauptsächlich in der
Frauenarbeit engagiert und als Referentin in ganz
Deutschland unterwegs. Gemeinsam haben sie
»Lebe leichter« und »Body, Spirit, Soul« entwickelt.

Body Spirit Soul

konkret

*Für einen bewussten Umgang
mit Körper, Geist und Seele.*

Der Kurs für Frauen

Ein Kurs für dich und deine Freundinnen

Sehnst du dich auch nach einer Ausgeglichenheit zwischen Körper, Geist und Seele? Nach mehr Zufriedenheit und mehr positivem Schwung? Im Kurs wirst du mit deinen Bedürfnissen da abgeholt, wo du stehst. Und wirst dabei viele Entdeckungen machen.

In den ersten drei Wochen geht es um den Körper – wie leben wir gesund, wie fühlen wir uns wohl? Danach kommt das Herzstück: der Geist. Denn all unsere Sehnsüchte können letztlich nur von einem gestillt werden – Gott. Die letzten drei Wochen zeigen, wie das Leben mit einer gesunden Seele aussieht. Immer mit dem Blick in die Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft.

Ein Kurs zum Wohlfühlen. Mit vielen Möglichkeiten für Gespräche. Handpeeling. Überraschungen. Aha-Effekten. Gemeinsamem Lachen. Raum für Offenheit und Verletzlichkeit. Und der Möglichkeit, vielleicht erstmals Jesus zu begegnen.

Worauf wartest du? Du bist herzlich eingeladen, dabei zu sein.

Weitere Infos auf

www.bodyspiritsoul.de

»IN DIESEM Kurs LERNEN
TEILNEHMERINNEN, SICH MIT
IHRER VERGANGENHEIT
zu versöhnen und das Beste
FÜR IHREN KÖRPER UND
IHRE SEELE ZU TUN.
FRAUEN ERLEBEN, WIE ALTE
Verletzungen heilen,
UND FINDEN NEUEN SINN FÜR
IHR LEBEN. DIESE neun Wochen
HABEN DAS POTENZIAL,
DAS LEBEN UND den Glauben
DER KURSTEILNEHMERINNEN
nachhaltig zu verändern.«

Ellen Nieswiodek-Martin,
Chefredakteurin der Zeitschrift »Lydia«

Veranstaltungsort

Schlossstrasse 1
3800 Interlaken

Daten / Zeit

Donnerstag, 09.00 – ca. 10.30 Uhr
29. Januar – 25. März 2026
(9 Wochen)

Kosten

CHF 150.00

Der Betrag kann am ersten Kurstag bezahlt werden (bar oder per Twint).

Kursleitung

Rahel Isenschmid
Nicole Frauchiger

Anmeldung

Rahel Isenschmid
isenenschmid@bluewin.ch
077 421 82 75

Kursmaterial

Die Bücher zum Kurs werden am ersten Kurstag abgegeben und sind im Preis inbegriffen.

Teilnehmerinnenzahl ist auf 10 Personen beschränkt.