

### Veranstaltungsort

Trinitatisgemeinde Durlach-Aue  
Brühlstraße 37 d  
76227 Karlsruhe (Durlach-Aue)

In der Regel finden die Vorträge im  
**großen Gemeindesaal** statt.



www.openstreetmap.org

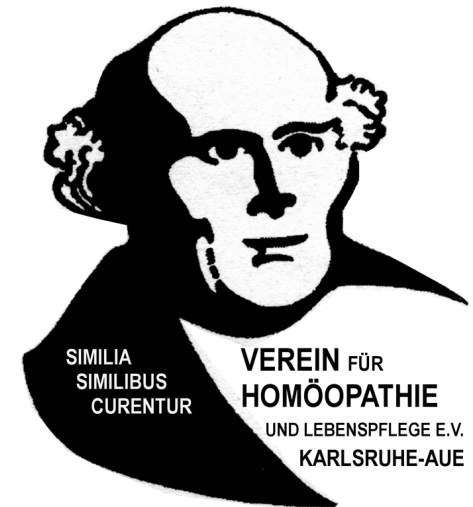
### Unsere Aufgaben und Ziele:

- ◆ Verbreitung und Anerkennung der homöopathischen Heillehre nach Dr. Hahnemann (Begründer der Homöopathie)
- ◆ Information über eine natürliche, gesunde Ernährungs- und Lebensweise verbreiten
- ◆ Gesundheitsbewusstsein und Eigenverantwortung wecken
- ◆ Dem Medikamentenmissbrauch entgegenwirken

### Mindestens 5 gute Gründe, Mitglied zu werden:

- ◆ Sie lernen Wissenswertes über Ihre Gesundheit
- ◆ Sie lernen, wie Sie einfache Erkrankungen selbst behandeln können
- ◆ Sie unterstützen unsere ehrenamtliche Vereinsarbeit und die Verbreitung der Homöopathie
- ◆ Für Mitglieder sind unsere monatlichen Vortragsabende kostenlos
- ◆ Vergünstigtes Abo der Zeitschrift "Natur & Heilen"

**Vorbeugen ist besser als Heilen!**



# Jahres- Programm 2026

1. Vorsitzender	2. Vorsitzende
Thomas Rathgeber	Angelika Mannshardt
Ersinger Str. 4B	Säckinger Str. 14
76227 Karlsruhe	76227 Karlsruhe
☎ (0721) 62 54 141	☎ (0721) 43 032

Kurzfristige Änderungen werden im Internet unter  
[www.hv-aue.de](http://www.hv-aue.de) bekannt gegeben.

[www.hv-aue.de](http://www.hv-aue.de)  
[info@hv-aue.de](mailto:info@hv-aue.de)

Mittwoch, 14.01.2026, 19.00 Uhr

### **Die Nebenwirkungen von Medikamenten**

Betrachtung von Inhaltsstoffen und deren mögliche Auswirkungen auf den Körper bei Einnahme von einzelnen oder gleichzeitig mehreren Medikamenten.  
Es wird auf mögliche Alternativen von gängigen Präparaten eingegangen.

Referentin: **Rita Hilcher**, Heilpraktikerin

---

Mittwoch, 11.02.2026, 19.00 Uhr

### **Human Design**

Haben Sie sich jemals gefragt, warum manche Dinge im Leben so mühelos scheinen und andere nicht? Human Design ist wie eine persönliche Gebrauchsanweisung für Ihr Leben. In diesem Vortrag erfahren Sie wie Sie Ihre einzigartige Komposition entschlüsseln, um Entscheidungen zu treffen, die sich für Sie richtig anfühlen. Ich lade Sie ein, den ersten Schritt zu einem Leben in Klarheit und Authentizität zu machen.

Referentin: **Ariane Lessle**

---

Mittwoch, 11.03.2026, 19.00 Uhr

### **Jahreshauptversammlung**

Mitglieder des Vereins erhalten ein separates Einladungsschreiben. Gern können aber auch Gäste zur Jahreshauptversammlung kommen. Anschließend gehen wir in ein Restaurant essen.

---

Mittwoch, 15.04.2026, 19.00 Uhr

### **Qi Gong**

Die traditionelle fernöstliche Lebens- und Übungspraxis des Qigong Yangsheng basiert auf den Konzepten der chinesischen Medizin TCM: Sie erfahren mehr über die Lebensenergie Qi, den Begriff Yangsheng (Lebenspflege) sowie

darüber, wie die Ausgewogenheit der Polaritäten Yin und Yang beim Qigong geübt und somit Körper, Geist und Seele in Einklang gebracht werden können.

Referentin: **Dipl.-Psych. Cornelia Marschall**

---

Mittwoch, 20.05.2026, 19.00 Uhr

### **Riechen – die Hotline der Gefühle**

Wie das Riechen unseren Alltag, unsere Gefühle und Erinnerungen beeinflusst, erfahren Sie an diesem Abend. Der Riechsinn entwickelt sich schon sehr früh im Mutterleib. Unser soziales Verhalten, unsere Kommunikation wird sehr stark durch unsere Nase bestimmt. Wie wir mit schönen Düften unser Leben leichter gestalten können, lernen Sie an diesem Abend.

Referentin: **Dorothea Hamm**, Apothekerin

---

Mittwoch, 10.06.2026, 19:00 Uhr

### **Hormon-Yoga-Therapie – Balance für Körper und Seele**

Wenn die Hormone aus dem Gleichgewicht geraten, spüren wir das oft in Energie, Stimmung und Wohlbefinden. Die Hormon-Yoga-Therapie nach Dinah Rodrigues nutzt gezielte Bewegung und bewusste Atmung, um das hormonelle System zu unterstützen. Ergänzend erfahren Sie, wie Stressabbau, Lebensstil und Ernährung die Hormone positiv beeinflussen. Alles zusammen ergibt einen ganzheitlichen Ansatz, mit dem Frauen selbst aktiv etwas für ihr hormonelles Gleichgewicht tun können.

Referentin: **Gabriele Hogeforster**, zertifizierte Hormon-Yoga-Therapeutin und Yogalehrerin

---

*Für alle Vorträge:*

*Gäste € 5,00 / Mitglieder frei*

*Kurzfristige Programmänderungen werden unter [www.hv-aue.de](http://www.hv-aue.de) bekannt gegeben.*

Mittwoch, 16.09.2026, 19.00 Uhr

### **Jin Shin Jyutsu - Harmonisierungskunst**

Das Jin Shin Jyutsu ist eine Physio-Philosophie aus Japan zur Harmonisierung der Lebensenergie. Diese Methode bzw. Kunst ist einfach zu lernen und anzuwenden. Die einfachsten Selbsthilf Übungen sind das „Fingerströmen“. Hierbei werden gestaute Energien der entsprechenden Organe in Fluss gebracht. Körperliche Beschwerden, psychische Spannungen und Stress werden auf sanfte Weise harmonisiert und das Immunsystem wird gestärkt.

Referentin: **Ingrid Grunert-Görgler**, Jin Shin Jyutsu-Praktikerin, Heilpraktikerin, Ergotherapeutin

---

Mittwoch, 14.10.2026, 19.00 Uhr

### **Resilienz - stark bleiben in Krisen**

Als 'Resilienz' bezeichnet man die Fähigkeit, Krisen (persönliche oder globale) aus eigener Kraft zu meistern. Sie lernen die "Sieben Säulen der Resilienz" kennen und erfahren, welche Möglichkeiten Sie haben, gelassener durch schwierige Situationen zu gehen. Neben psychologischen Themen werden auch praktische Übungen behandelt, die Sie ganz konkret und schnell in Ihren Alltag integrieren können.

Referentin: **Susanne Zieglmeyer**

---

Mittwoch, 11.11.2026, 19.00 Uhr

### **Schamanische Wege und Trauerbegleitung**

Schamanismus ist eine Sammlung spiritueller Praktiken, bei denen durch Rituale, Gesang oder Trommeln Rat und Heilung gesucht wird. Die Verbindung mit der Natur steht im Vordergrund. Sie erfahren auch, wie er zur Trauerbegleitung eingesetzt werden kann. Eine geführte Meditation mit einer Trommel ist Teil des Vortrags.

Referent: **Michael Thoma**, Lebensberatung