



CosmoCoaching



Herzlich willkommen an einem heilsamen Ort

NEWSLETTER 3. Quartal 2011

Gesundheit - Erfolg - Lebensfreude

In dieser Ausgabe

- **Presse-Meldung:** Typ-2-Diabetes
- **Tipp: Sommer-Geschenk - Sieben Steine für Ihren/Deinen Wasserkrug**
- **Well-Spirit-Coaching® Impulsreferat - Eintritt frei**
Astrologie - Humbug oder unterstützende Lebenshilfe?
- **Workshops**
Freitag-Abend-Themen-Workshops
Die vier Elemente, ihre archetypischen und kosmobiologischen Entsprechungen
- **Buchrezension** - Borreliose natürlich heilen
- **Vorankündigung 4. Quartal:**
Workshop - **Verwendung der Heilsteine nach Hildegard von Bingen**

- **Presse-Meldung**

Extrem-Diät macht Typ-2-Diabetes rückgängig

Zwei Monate Magerkur reduziert Fettwerte in Bauchspeicheldrüse und Leber

Eine extreme achtwöchige Diät mit nur 600 Kalorien pro Tag kann bei einer neuen Diabetesdiagnose die Erkrankung rückgängig machen. Zu diesem Ergebnis ist eine Studie des Newcastle Magnetic Resonance Centre <http://www.ncl.ac.uk/magres> gekommen. Die Diät reduzierte laut dem Team um Roy Taylor die Fettwerte in Bauchspeicheldrüse und Leber. Das trug dazu bei, dass sich die Insulinproduktion wieder normalisierte. Nach drei Monaten waren sieben von elf Studienteilnehmern wieder gesund. Details der Studienergebnisse wurden in dem Fachmagazin Diabetologia <http://www.diabetologia-journal.org> veröffentlicht. Experten wie Keith Frayn von der University of Oxford betonten laut BBC, dass weitere Untersuchungen erforderlich sind, um festzustellen, ob diese Umkehrung dauerhaft ist.

Bei allen elf Teilnehmern lag die Diagnose nicht mehr als vier Jahre zurück. Sie reduzierten ihre Nahrungsaufnahme zwei Monate lang drastisch. Tranken nur Diätgetränke und aßen nur Gemüsesorten, die keine Stärke enthalten. Eine Woche nach Studienbeginn waren die Zuckerwerte aller Teilnehmer vor dem Frühstück wieder normal. MRI-Scans ihrer Bauchspeicheldrüse zeigten, dass die Fettwerte von rund acht Prozent wieder auf eher normale sechs Prozent gesunken waren. Drei Monate nach Beendigung der Diät aßen die Teilnehmer wieder normal, entsprechend den Empfehlungen für eine gesunde Ernährung und die ideale Größe der Portionen. Die meisten waren zu diesem Zeitpunkt nicht mehr an Diabetes erkrankt.

Positives Potenzial für Patienten

Taylor betonte, dass er nicht vorschläge, dass Menschen diese Diät einhalten sollten. Sie sei nur eingesetzt worden, um die Hypothese zu überprüfen, ob ein deutlicher Gewichtsverlust zu einer Beendigung der Krankheit führen würde. Er sehe jedoch bei diesem Behandlungsansatz durchaus

auch ein positives Potenzial für Patienten, die bereits viel länger an Diabetes litten. Ee Lin Lim, eine Mitautorin der Studie, betonte, dass diese Studienergebnisse bewiesen, dass Diabetes keine Erkrankung ist, an der man ein ganzes Leben leiden muss. "Es ist einfacher, eine Tablette zu nehmen, als seinen Lebensstil zu verändern."

Aussender: presstext.redaktion, Michaela Mondschein

- **Tipp**

Nütze das Sommer-Geschenk: Sieben Steine für Ihr/Dein Trinkwasser

Die Schwingung der Steine

Im Sommer ist es heiß, da ist es wichtig, viel Wasser zu trinken: 2-3 Liter/Tag.

So wie Kräuter eine entsprechende Schwingung besitzen, ist dies auch bei (Halb)Edelsteinen der Fall. In den Wasserkrug gegeben, beleben sie das Trinkwasser in natürlicher Weise. Wenn diese Steine dann noch individuell für Sie/Dich ausgesuchte Steine sind, ist dies eine zusätzliche optimale Unterstützung zur Gesundheitsvorsorge.

Es gibt eine große Auswahl für alle möglichen Befindlichkeitsstörungen und zur Vermeidung von unerwünschten Situationen wie zum Beispiel: gegen Ungeduld, Schwermütigkeit, Apathie, Stress, oder zur Entspannung, für guten Schlaf oder zur Aktivierung Ihrer/Deiner Kräfte und vieles mehr - und schön anzusehen ist es außerdem.

Auf Wunsch behandle ich dieses Thema in einer Beratungs- oder Coachingstunde für Sie/Dich. In den Monaten **Juli und August** gibt es für jeden Rat(h)suchenden bei einer Beratungs- oder Coachingstunde ein **Geschenk**: eine Standard-Kombination (7 Steine) mit **Rohsteinen aus Brasilien für Ihren/Deinen Wasserkrug** - solange der Vorrat reicht - also bei Interesse bitte gleich Kontakt aufnehmen!

- **Impulsreferat Well-Spirit-Coaching®**

Astrologie - Humbug oder unterstützende Lebenshilfe?

06. 09. 2011, 19:00 Uhr - Eintritt frei

Impulsreferate von Friederike Rath

Beginnend bei der jahrtausendealten Geschichte der Astrologie und dem senkrechten Weltbild, über die Entstehung eines Horoskops, bis zur archetypischen, psychologischen und ganzheitlichen Betrachtung des Persönlichkeitsbildes, erfahren Sie Interessantes über die Möglichkeiten und Grenzen der Deutung eines Horoskops.

Diskussion und fröhlicher Ausklang ...

- **Workshops**

Freitag-Abend-Workshop - Zyklus

Gesundheit und Regeneration

Vier Termine, beginnend mit 23. 09., dann Vier-Wochen-Rhythmus: 21. 10., 18. 11., 16. 12. 2011, jeweils 16:00-20:00 Uhr

Die vier Elemente, ihre archetypischen und kosmobiologischen Entsprechungen sowie gezielte Impulse zur Aktivierung der Selbstheilungskräfte mit Friederike Rath - Praxis Margaretenplatz

- **Buchrezension**

Heute möchte ich Sie auf ein Buch über Borreliose hinweisen:

Borreliose natürlich heilen - Wolf-Dieter Storl - ISBN 978-3-8289-4220-2

Wolf-Dieter Storl, Ethnobotaniker und selbst "Borreliose-Opfer" kommt nach intensiver und breit angelegter Forschung zum Ergebnis: "Borreliose ist heilbar; es gibt keinen Grund zur Angst!"

Die meist durch Zecken übertragene Borreliose ist eine Multisystemerkrankung, die jedes Organ befallen und jedes Symptom vortäuschen kann. Die Krankheitserreger entziehen sich dem Abwehrsystem, und auch Antibiotika sind oft machtlos dagegen. Ansätze wirksamer Therapien finden sich in der Traditionellen Chinesischen Medizin, im alten indischen Heilwissen, in der

Homöopathie und in der überlieferten westlichen Heilkräuterkunde. Wolf-Dieter Storl hat sie erforscht und erfolgreich an sich selbst erprobt. Im Mittelpunkt stehen dabei die Karde und die Überhitzungstherapie.

Vor dem Hintergrund der biologischen, kulturellen und sozialen Aspekte der "neuen Seuche" zeigt das Buch den Weg zu einer erfolgreichen ganzheitlichen Behandlung der Borreliose.

- **Vorankündigung 4. Quartal**

Wochenend-Workshop

Gesundheit und Regeneration

Freitag 25. 11. 2011, 16:00-20:00 Uhr, und Samstag 26. 11. 2011, 10:00-18:00 Uhr

Verwendung der Heilsteine nach Hildegard von Bingen - Altes Heilwissen für die Unterstützung der Selbstheilungskräfte

mit Friederike Rath - Praxis Margaretenplatz

Bitte Details anfordern - gerne per E-Mail!

Mehr Information und Anmeldung bitte unter: f.rath@cosmo-coaching.at, 01/581 30 00, Mobil 0664/73560249, jeweils spätestens 5 Tage vor dem Termin

Herzliche Grüße
Ihre/Deine

Friederike

Friederike Rath

Landesleiterin Wien - Verband Ganzheitlicher Naturheiltherapeuten Österreichs

Dipl. Lebens- und Sozialberaterin, Dipl. System- und Hypnose-Coach

Ganzheitliche Naturheiltherapeutin, Beraterin für Psychosomatik und Bachblütentherapie

www.cosmo-coaching.at - Tel. 01/581 30 00, Mobil 0664/73560249

Herausgeberin:

Friederike Rath, CosmoCoaching, A -1050 Wien - Austria, Margaretenplatz/Eingang Hofgasse 9, Tel.: +43 1 581 30 00, Mobil 0664/73560249

E-Mail: f.rath@cosmo-coaching.at, Internet: www.cosmo-coaching.at, Kammerzugehörigkeit:

Wirtschaftskammer Wien, UID-Nr.: ATU 11823008

Hinweis: Telekommunikations-Gesetz (TKG) und E-Commerce-Gesetz (ECG) ab 01. 03. 2006: Diese Aussendung geht an Adressen der Personen, die mit mir in geschäftlichem oder privatem Kontakt stehen oder aufgrund von gemeinsamen Netzwerken Kontakt suchen und hiermit ihr Interesse ausdrücklich bekundet haben. Falls Sie/Du keine weiteren Zusendungen von mir bekommen wollen/willst, bitte direkte E-Mail-Antwort mit „keine Zusendung“, damit ich Sie/Dich aus meinem Newsletter-Verteiler (erscheint 4x im Jahr) streiche. Keine E-Mail-Antwort zu diesem Newsletter fasse ich als Zustimmung auf. Herzlichen Dank für Ihre/Deine Aufmerksamkeit!