

Eva Laspas

Von: "Newsletter Bewusst Sein" <newsletter@bewusst-sein.net>
An: <assistenz@festivaldersinne.info>
Gesendet: Dienstag, 06. April 2010 12:15
Betreff: Bewusst Sein * Monatsbrief April 2010



Monatsbrief 259 - April 2010

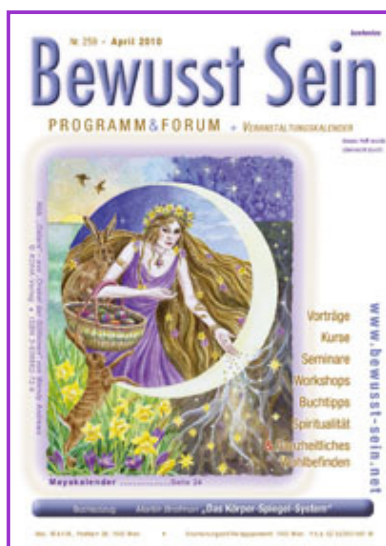
**Mai-Ausgabe: *Redaktionsschluss* ist
Fr. 16. April 2010**

Inhalt dieses Newsletters:

-  **Themen der aktuellen April-Ausgabe von Bewusst Sein**
-  **News vom letzten Monat**
-  **Rezept des Monats: Gratinierte Reislaiabchen**
-  **Abo-Infos für Bewusst Sein**

Anzeigen:

- **Esoterikmesse 7.-9. Mai**
- **Festival der Sinne 29.-30. Mai**

**In der April-Ausgabe:****Buchvorstellungen:**

- **Kleine Erleuchtungen**
Anregungen für ein bewusstes Leben
Wulfing von Rohr
- **Sucht - die unerfüllte Suche nach einem erfüllten Leben**
Ursachen und Auswege
Ulrike Banis
- **Rohkost**
Himmlische Vital-Rezepte für Gourmets
Doreen Virtue u. Jenny Ross
- **Himmlische Liebe**
Wie der Kosmos Ihren Partner findet
Gundula Schatz

DVD-Filme:

- **The Living Matrix**
Heilweisen der Zukunft
Lynne McTaggart, Bruce Lipton, Eric Pearl u.v.a.
- **Peaceful Warrior**
Der Pfad des friedvollen Kriegers
nach dem Buch von Dan Millmann

Buchauszug:

- **Das Körper-Spiegel-System**
(Selbst-)Heilung über die Chakren durch die Kraft des Bewusstseins
von Martin Brofman

mehr Infos zum Buchauszug:
<http://www.bewusst-sein.net>

**Mai-Ausgabe: *Redaktionsschluss* ist
Fr. 16. April 2010**

ESOTERIK-Messe 2010

WIEN's große Esoterikmesse - seit über 20 Jahren mit Verkauf & Vorträgen zu...

- ganzheitlichen Therapien
- Spiritualität
- Wohlbefinden
- Wellness
- Ernährung
- Schönheit
- Seminare & Fortbildung




2 €-Gutschein

Sie erhalten 2 € Nachlass auf Ihren Messeeintritt bei der ESOTERIK-Messe 2010. Drucken Sie sich den Newsletter aus und legen Sie diesen an der Tageskassa der ESOTERIK-Messe vor.
(Pro Person / gültig für Frühjahr 2010)

7. - 9. Mai

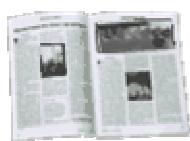



wiener stadthalle

Halle E / Vogelweidplatz 14

Öff.: Fr: 14-19h, Sa: 11-19h, So: 11-18h; Eintritt: 10 € / erm.: 8 €; Kinder bis 14 J. frei
Mail: info@eso-team.de ; Info: Tel: +49(0)89/8144022,

www.esoterikmesse.at



News vom letzten Monat:

Gasheizung versorgt Wohnung mit Strom

Kombigerät liefert thermische und elektrische Energie

Bassano del Grappa - Der in der Nähe von Vicenza beheimatete Heizungshersteller **Baxi** hat eine neuartige Gasheizung vorgestellt. Mit dem Wandgerät "Baxi Ecogen" kann neben Heizwärme und Warmwasser auch elektrischer Strom für den Hausgebrauch erzeugt werden. Herzstück des 95 mal 45 mal 42 Zentimeter großen Gas-Brennwertheizgerätes ist ein auf sechs Kilowatt thermische und ein Kilowatt elektrische Energie ausgelegter Stirlingmotor mit Wärmekraftkopplung.



"Mit unserem System der sogenannten 'Combined Heat and Power' werden wir zu den Vorreitern der umweltfreundlichen Kleinerzeugung von Strom werden", erklärte Baxi-Hauptgeschäftsführer Tonino Vettori. Diese besonders geräuscharme, die Verdunstungswärme nutzende Heizung biete einen gegenüber herkömmlichen Verbrennungssystemen um 30 Prozent höheren Wirkungsgrad unter gleichzeitiger Senkung des Kohlendioxidausstoßes um 20 Prozent.

300 Euro weniger Heizkosten

"Bei einer 150 Quadratmeter großen Wohnung bedeutet dies 1.500 Kilogramm CO₂-Emission weniger und um 300 Euro niedrigere Heizkosten im Jahr", so Vettori weiter. Durch die Kombination beider Systeme könnten die Gestehungskosten für sechs Kilowatt Heizwärme und ein Kilowatt Strom von 65 auf 50 Cents gesenkt werden. Die gegenüber herkömmlichen Modellen entstehenden Mehrkosten bei der Anschaffung machten sich bereits nach drei bis fünf Jahren bezahlt. Neben dem handelsüblichen Erdgas könne die Ecogen auch mit Biogas betrieben werden.

 [...weitere Infos](#)

Elektromobilität braucht keine Ladestationen

Trendstudie: Experten sehen Frankreich als Vorreiter Europas

Bremerhaven - Um Elektrofahrzeuge schnell und preislich attraktiv auf den Markt zu bringen, ist keine aufwändige Lade-Infrastruktur nötig. Zu diesem Ergebnis kommt die aktuelle Trendstudie zur Elektrofahrzeug-Technologie des Beratungsbüros Warnstorf & Partner. Die jährlich erstellte Studie gibt die Meinung von über 400 Experten für Elektromobilität aus Wissenschaft, Entwicklung, Zulieferung, Finanzwelt sowie der Automobilkonzerne wieder.



Panikmache der Energieversorger

"In der Branche wird derzeit diskutiert, ob die Markteinführung von Elektroautos unbedingt eine bereits verfügbare Lade-Infrastruktur braucht", berichtet Studienleiter Jörg Warnstorf. Die frühe Ladestationen-Etablierung werde von den Energiekonzernen stark gepusht, doch sehe man dies zunehmend als Panikmache und Schaffung von Abhängigkeiten. "Die Betreiber verlangen in Pilotprojekten einen Kilowattstunden-Preis von bis zu 1,20 Euro. Ein derart verteuerter Strom wäre für den Markteintritt der Elektromobilität kontraproduktiv."

72 Prozent der Befragten stimmten zu, dass die Einführung kurzfristig auch mit den Lademöglichkeiten in der eigenen Garage oder am Arbeitsplatz auskommen wird. "In Tiefeninterviews zeigte sich, dass man einfachere, kostengünstigere Ladelösungen erwartet, sobald Szenarien mit mehreren Mio. Elektroautos verwirklicht sind", so Warnstorf. Einigung für das Ladestecker-Format gibt es bisher nur auf nationaler Ebene. "Bestimmen wird letztlich der Hersteller, der zuerst seine Fahrzeuge vermarktet."

 [...weitere Infos](#)

Migräne: Neues Gerät soll Schmerzen rasch lindern

Behandlungsalternative ohne Medikamente unter der Lupe

New York - Ein neues Handheld Device, das magnetische Impulse - sogenannte sTMS - auf die Rückseite des Kopfes abgibt, könnte zu einer Behandlungsalternative für Migräne-Patienten werden. Ein Test hat ergeben, dass 40 Prozent der Patienten zwei Stunden nach dem Einsatz des Gerätes schmerzfrei waren.



Keine Nebenwirkungen

Forscher des Albert Einstein College of Medicine wiesen jetzt nach, dass es keine ernstzunehmenden Nebenwirkungen gibt. Die Teilnehmer konnten das Gerät auch zu Hause leicht einsetzen. Experten wie Wendy Thomas, Direktorin des Migraine Trust, weisen aber darauf hin, dass weitere Untersuchungen erforderlich sind, um das genaue Timing der jeweiligen Dosis zu erforschen.

Die Wissenschaftler führten die Tests durch, um die Sicherheit und die Wirksamkeit des Gerätes zu überprüfen. Bei früheren Studien wurden nur große und teure Geräte getestet, die in Krankenhäusern eingesetzt werden sollten. Das Handgerät gibt einzelne, kurze und sehr starke Magnetimpulse ab. Diese unterbrechen die elektrischen Impulse im Gehirn, die die ersten Symptome einer Migräne mit Aura verursachen.

[↪ ...weitere Infos](#)

[↪ Sämtliche News](#)

(Quelle: pte.at)

Anzeige

Sind Ohren zum Hören da? – 8. Festival der Sinne Wien zum Thema „Ohren-Schmaus“

„Jedes Jahr ein neuer Sinn.“, lautet das Motto des Festival der Sinne Wien–Graz–Linz. Beim 8. Festival der Sinne Wien geht es am 29. u. 30. Mai 2010, ab 10 Uhr in Wien 13, Don Bosco Haus, St. Veit-Gasse 25 um den „Ohren-Schmaus“. Veranstalterin Eva Laspas: „Landläufig gelten die Ohren als unsere Hörorgane, doch sie haben eine Vielzahl weiterer wichtiger Aufgaben. Wir lesen, hören und horchen durch sie, sie sind verantwortlich für unseren Gleichgewichtssinn, wir lernen Sprachen mit ihrer Hilfe, wir entschlüsseln Geräusche, sie spenden uns Energie – und sie sorgen für unser emotionales Wohlbefinden. Und nicht zu vergessen, das vielleicht wichtigste in der heutigen Zeit ist das Hören von Stille.“ Durch seinen aktiven Charakter und sein jährliches Thema, sieht sich das Festival der Sinne abseits aller herkömmlichen Messen. Der Eintritt wie immer frei.



Kinesiologie bei Hörproblemen

Im Zusammenhang mit den Ohren gibt es einige Übungen, z.B. wie man lernt, Geräusche besser zu fokussieren, um sich auf das Wesentliche konzentrieren zu können. Brigitte Diallo zeigt auf Stand 21 Möglichkeiten der Kinesiologie.

Musik in/mit dir

Die Wege zur Musik führen zu denselben Wurzeln von Hören und Rhythmus, Raum und Zeit, Körper und Seele, Wahrnehmung und Ausdruck. Bei Hubert Maria Siman gibt es auf Stand 36 mehr Informationen, wie wir durch Rhythmus unsere persönliche Entwicklung fördern können. Mehrere Trommelworkshops geben die Möglichkeit selber aktiv zu werden.

Programm kostenlos anfordern: ARGE Festival der Sinne, Eva Laspas,
Tel: +43 1 2807627, eva@laspas.at, oder im Internet downloaden:

www.festivaldersinne.info

Rezept des Monats

Gratinierte Reisläibchen

Da zum Bewusst Sein auch eine bewusste Ernährung gehört, möchten wir Ihnen in unserem Newsletter unsere Lieblingsrezepte vorstellen. Das folgende wurde uns von der Firma *Bioquelle* zur Verfügung gestellt, die Nährwertangaben beziehen sich dementsprechend auf eine Zubereitung des Gerichtes mit Produkten von Bioquelle bzw. *Vitality* (Information: Bioquelle GmbH, Haagerstrasse 44a- 4400 Steyr, Austria - www.bioquelle.com - info@bioquelle.at - Infoline: 0800 202175).

Pro Portion: 507kcal / 2123kJ / 14,6g Fett / 73g Kohlehydrate / 19,8g Eiweiß / 6,2g Ballast.
Reich an: Vitamin D, B-Vitamine, Folsäure, Magnesium, Calcium.

Zutaten:

- 250g *Vitality* Naturreis Langkorn
- 170g Vollkornmehl
- 2 Eier
- 2 kleine Tomaten
- 125g Mozzarella
- 100g Zucchini
- Kräutersalz, Pfeffer
- 2 EL Basilikum
- Olivenöl

Zubereitung:

Tomaten und Zucchini in 0,5cm dicke Scheiben, Mozzarella in Streifen schneiden. Backofen auf 200°C vorheizen. Gekochten Reis, Eier, Mehl und Basilikum gut vermischen, würzen. Aus der Masse mit feuchten Händen 8 Läibchen formen, in 2 EL Olivenöl beidseitig anbraten, mit Zucchini, Tomatenscheiben und Mozzarellastreifen belegen, salzen und auf oberster Schiene gratinieren.

Wir wünschen **Gutes Gelingen** und **Guten Appetit**

Bewusst Sein

...bequem nach Hause

Für einen Beitrag von € 13,- (€ 22,- außerhalb Österreichs durch erhöhten Portoaufwand) erhalten Sie die Zeitschrift **Bewusst Sein** ein Jahr lang an die von Ihnen gewünschte Adresse per Post zugestellt.

Zu jeder Bestellung gibt es - auf Wunsch - eine silverchord-Emailadresse (**ihr-name@silverchord.net**) und eine Subdomain (**http://ihr-name.silverchord.net**) mit 10 Megabyte Webspace für eigene Gestaltungen gratis dazu.

Sie können den Namen -sofern noch verfügbar - für den Platzfreihalter "**ihr-name**" selbst definieren (wie z.B. "**merlin**", wodurch die Emailadresse zu **merlin@silverchord.net** und die Websubdomain zu **http://merlin.silverchord.net** wird). Nähere Details finden Sie unten in der Bestellkarte oder unter:



abo.bewusst-sein.net

Impressum: Bewusst Sein, Postfach 36, A-1042 Wien - www.bewusst-sein.net

Inserieren im Newsletter: Infos im Web

Sie können sich jederzeit vom *Bewusst Sein* Newsletter abmelden. Klicken Sie dazu auf folgenden Link und bestätigen Sie anschließend die Stornierung:

[Abmelden vom Newsletter](#)

Der Name und das Logo 'Bewusst Sein' sind urheberrechtlich geschützt.
copyright 1983, 1994, 2004: Wiener Arbeitskreis für Metaphysik