

Verein Ganzheitliche Gesundheit Lorenga® e.V.

Ein Verein, der sich intensiv mit dem Thema „ganzheitliche Gesundheit“ beschäftigt

2009 Vereinsgründung

Über uns:

Nach unserer Vereinsgründung im Herbst 2009 mit 25 Gründungsmitgliedern haben wir es uns zur Aufgabe gemacht rund um das Thema „ganzheitliche Gesundheit“ zu informieren und zu referieren. Dies geschah anfänglich mit 5 Gründungsmitgliedern in Form von Vorträgen und Workshops.

2010 Fachvorträge durchs Jahr

Feb. „Warum der Kopf mit dem Bauch so selten spricht“

März „Bioenergetik – Akupunktur ohne Nadeln“

April „Aromaöle im täglichen Leben“

Hierzu waren alle Personen „landkreisübergreifend“ eingeladen, die sich für ein angebotenes Thema interessierten.

2011 Hildegard von Bingen

Am 30.10.2011 starteten wir unser

1. großes Projekt „Natürlich Heilen“

mit Dr. Wighard Strehlow

Die besten Therapien der Hildegard-Heilkunde.



2012 Work-Life-Balance für Unternehmen

Bei der Jahreshauptversammlung im Januar 2012 entschloss sich der Verein mit seinen damals 52 Mitgliedern **Entspannungseinheiten „Work-Life-Balance“** für Schulen, Firmen und Unternehmen, Verbände und Vereine anzubieten.

So waren wir 2012 bei der Firma Wiegand-Glas in Tettau, bei der Firma Weigang in Ebern und an der Maximilian von Welsch Realschule Kronach. Wir erlebten vor Ort, was für ein **wunderbarer Segen** eine **ganzheitliche Entspannung mit allen Sinnen für die Menschen** ist.

Es folgten in den nächsten Jahren viele Unternehmen in und außerhalb des Landkreises, bei denen wir tätig wurden. Es machte uns richtig Spaß, die Menschen daran zu erinnern, was im Leben „wirklich wichtig ist und zählt“.

Projekt „Naturkalender“ 13 Monate

2012 starteten wir außerdem mit unserem „**Naturkalender**“ **unser zweites Projekt**. Der Kalender deckte unter Berücksichtigung der Mondumläufe 13 Monate ab. Die Bilder zeigten die Einbindung des Menschen in den Kreislauf der Natur.

Wir schickten ein Exemplar an Papst Benedikt den XVI, Prinz Charles und Prinzessin Martha Louise. Wir staunten nicht schlecht, als die Adressaten sich mit einem Antwortschreiben bei uns bedankten. Auch die Presse berichtete davon:

Artikel Samstag 16. März 2013

Neue Presse „Briefe aus dem Vatikan und Clarence House“

Onlineportal des fränkischen Tags: In Franken.de.

- Artikel vom 14. November 2012

„Wo der Kalender 13 Monate hat“



2013 Erste Messe mit Energiebalance

Höhepunkt war 2013 unsere eigene „**Gesundheitsmesse aus dem Herzen Kronachs**“, bei der all unsere Vorstellungen bezüglich der Besucherzahl gesprengt wurden.

Hier erfuhren wir, dass die Menschen bereit sind, für sich und ihre Gesundheit Verantwortung zu übernehmen und nach allumfassenden Konzepten suchen.



Verein Ganzheitliche Gesundheit Lorenga® e.U.

2014 Aktion 1000 Herzen für Kronach mit Herrn Burkert-Mazur

2014 etablierten wir das Projekt **kostenloses Weihnachtsgeschenk** - „Ganz entspannt in die vorweihnachtliche Zeit“. Wir wollten eine „Reißeleine“ anbieten für all diejenigen, die Entspannung in der Vorweihnachtszeit brauchten, die mittlerweile zur stressigsten Zeit geworden ist. **Dieses kostenlose Geschenk für Jedermann wird seit 2014 alle Jahre weiterhin ehrenamtlich fortgeführt.**

Errichtung Trimm-dich-Pfad der Seele

2014 errichteten wir im angrenzenden Wald der Feste Rosenberg unseren „**Trimm-dich-Pfad der Seele**“. Mit diesem einmaligen Projekt wollen wir für die Menschen einen **Ort der Stille inmitten der Natur** außerhalb religiöser Normen anlegen. Der Trimm-dich-Pfad der Seele soll vom bloßen **Selbstdenken** weg- und hin zum **Selbstfühlen** führen. Unter dem Motto **„Die Natur als bester Ratgeber“** war unser Anliegen einen Bezug dazu herzustellen: „Der Mensch und die Natur sind eins“. Berichte in der Presse:
Presseartikel 14. August „Zirkeltraining für die Seele“ - Neue Presse KC
Presseartikel 15. August „Kraft Tankstelle für die Seele“ - In Franken KC
 2014 Benefizaktion mit 1000 Herzen für Kronach



Teilnahme an Gesundheitsmessen

Von 2014 - 2018 nahm der Verein **regelmäßig** an **Gesundheitsmessen** teil, z. B. in Hof, in Bayreuth, in Fürth. Damit wollten wir auch über die Landkreisgrenzen hinweg als Botschafter für das Thema „ganzheitliche Gesundheit“ tätig sein.



2017 Projekt „Frühlingserwachen“

Wir etablierten am Trimm-dich-Pfad der Seele auch für unsere „Kleinsten“, ein sog. „Frühlingserwachen“. Bei unserem **Projekt „Osteraktion“** geht es darum, jedes Jahr dem Zauber des Frühlingserwachen auf die Spur kommen.

Als Verein bieten wir ehrenamtlich an:

1. **Projekt Osteraktion**
„Frühlingserwachen in der Natur“

2. **Projekt Sommer 2018** „Sei der Welt ein Licht“
Gemeinsam meditieren inmitten der Natur

3. **Projekt Weihnachten**
„Ganz entspannt in die vorweihnachtliche Zeit“

4. **Führungen** am Trimm-dich-Pfad der Seele für
Schulklassen, Firmen und Interessierte

5. **Entspannungsförderung**
Projektstage an Schulen/Unternehmen
„Der Kopf darf ruhen - der Körper darf beginnen sich zu spüren“



8. **Workshops**
z. B. Rauh Nächte – alte Gesundheitsbräuche wieder aufleben lassen
z.B. Räucherkerzen selber herstellen

7. **Vorträge & Seminare:**
z. B. Psychoneuroimmunologie, Salutogenese, Ganzheitl. Gesundheit, Autorenlesungen

6. **Gesundheitsmessen**
regional + überregional