

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

Die Bibel



Die Gründerinnen von  
»Body, Spirit, Soul«

**Beate Nordstrand**  
ist selbstständige Diätassistentin.

**Heike Malisic**  
ist Fachfrau für Ernährungs- und Gewichtsmanagement.

Gemeinsam haben sie die Kursformate »*Lebe leichter*«  
und »*Body, Spirit, Soul*« entwickelt und mehrere Bücher zu  
unterschiedlichen Aspekten der ganzheitlichen Gesund-  
heit herausgegeben. Sie bloggen, betreiben den Podcast  
»*Body, Spirit, Soul*« und sind als Referentinnen im deutsch-  
sprachigen Raum unterwegs.

Alle Infos zum Kurs  
auf einen Blick:

Kursbeginn

Mittwoch 11. September 2024  
18 - 20 Uhr

Veranstaltungsort:

Freie Christengemeinde Euskirchen  
Kölner Straße 78  
53879 Euskirchen

Die Einheiten bauen aufeinander auf,  
daher ist eine verbindliche und  
regelmäßige Teilnahme erwünscht.

Das Kursmaterial kostet 36 €

Anmeldung bis zum 28. August bei:

**Wilma Bell**

[frauen@fcg-euskirchen.de](mailto:frauen@fcg-euskirchen.de)



*Wir freuen uns auf dich!*

**SCM**  
Hänssler

# Body Spirit Soul *konkret*

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

Der Kurs für Frauen

## Ein Kurs für dich und deine Freundinnen

Sehnt du dich auch nach einer Ausgeglichenheit zwischen Körper, Geist und Seele? Nach mehr Zufriedenheit und mehr positivem Schwung? Mit diesem 10-Wochen-Programm wirst du mit all 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. Und in der zehnten Woche wird gefeiert.

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](http://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 *zehn Wochen*  
HABEN DAS POTENZIAL,  
DAS LEBEN UND *den Glauben*  
DER KURSTEILNEHMERINNEN  
*nachhaltig zu verändern.*«

Ellen Nieswiodek-Martin,  
Chefredakteurin der Zeitschrift »Lydia«

Für die Teilnahme am Kurs  
benötigst du folgende Bücher:



Attraktive  
Mengenpreise:  
Ab 5 Ex.  
€D 18,-/Stk.

Heike Malisic, Beate Nordstrand

**Body, Spirit, Soul konkret**  
Das Praxisbuch

10 Wochen Investition in dich selbst, zur Vertiefung von »Body, Spirit, Soul«. Um Veränderung zu erleben. Der Kurs, den du allein, aber noch besser in der Gruppe durchführst, hilft dir, dich besser zu verstehen, gut für dich zu sorgen und stärkt den Glauben an dich selbst und an Gott. Mit vielen praktischen Beispielen und Übungen.

Paperback, 21 x 21 cm, 160 S.

Nr. 395.885 € 20,-

€[A] 20,60/CHF 27,-\*

Heike Malisic, Beate Nordstrand

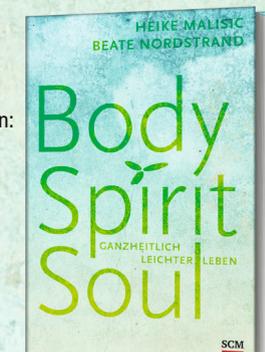
**Body, Spirit, Soul**  
Ganzheitlich leichter Leben

Das Buch für ein ganzheitlich leichteres Leben: Körper, Seele und Geist gehören zusammen und wer den Sinn des Lebens gefunden hat, lernt, mit sich selbst im Reinen zu leben.

Gebunden, 256 S.  
mit Lesebändchen

Nr. 395.698 € 20,-

€[A] 20,60/CHF 27,-\*



Im Paket günstiger

erhältlich!

**Paket »Body, Spirit, Soul«** (Buch)

»Body, Spirit, Soul – konkret« zur Vertiefung von »Body, Spirit, Soul«.

Diese beiden Bücher gibt es zum Paketpreis:

Nr. 390.000.321 € 36,-

€[A] 37,10/CHF 48,60\*

Erhältlich im Buchhandel, auf [scm-shop.de](http://scm-shop.de)  
oder sprich deine Kursleiterin an.