

Baubiologischer Gesundheits- berater Rüdiger Weis referiert: So schläft man sich gesund!

Ein spannendes Thema erwartet die Besucher einer Vortragsveranstaltung am Mittwoch, 22. März, in Weischlitz. Ab 19.30 Uhr gibt dabei der Baubiologische Gesundheitsberater (IBG) Rüdiger Weis aus Plauen in Gemeinderaum Am Alten Gut 3 wertvolle Tipps, wie sich jedermann ganz einfach „gesund schlafen“ kann.

„Erdstrahlen, Wasseradern und Elektromog als Gesundheitsrisiko?“ lautet der Titel des Vortrages, mit dem Rüdiger Weis seine Zuhörer zwei Stunden lang fesseln möchte. Dabei stellt er den Schlafplatz in den Mittelpunkt seiner Betrachtung - und das mit gutem Grund: „Der Schlaf ist der wichtigste Zeitraum unseres Lebens. Wissenschaftler haben herausgefunden, dass nur im Schlaf wichtige Heilungsprozesse stattfinden. Deshalb ist der Schlafplatz, an dem wir uns täglich bis zu acht Stunden aufhalten, der zentrale Ort für unser gesamtes Wohlbefinden.“ Rüdiger Weis wird aus seiner langjährigen Praxis als Baubiologischer Gesundheitsberater (IBG) berichten und dabei einerseits anhand von zahlreichen Beispielen aufzeigen, wie unsichtbare Störstrahlung wie Elektromog oder Erdstrahlung den schlafenden Organismus belasten kann, andererseits aber auch wertvolle Tipps geben, wie bereits durch einfache Verhaltensweisen und kleine Veränderungen ein optimales Schlafergebnis erzielt wird. Sein Vortrag richtet sich ausdrücklich nicht nur an Zuhörer, die bereits an den vielfältigen Folgen eines gestörten Schlafes leiden, sondern gerade auch an diejenigen, die präventiv tätig werden und ihre Vitalität stärken wollen. „Ich bin mir sicher, dass meine Zuhörer nach dem Vortrag ihren Schlafplatz mit ganz anderen Augen als bislang sehen und die Chance ergreifen werden, in ein neues, gesundheitsbewussteres Leben zu starten“, verspricht Rüdiger Weis.

Für die Veranstaltung „Erdstrahlen, Wasseradern und Elektromog als Gesundheitsrisiko?“ wird ein Kostenbeitrag von 3 Euro erhoben.

Rüdiger Weis informiert vorab unter Tel.: 0 37 41 / 47 28 78 oder via E-Mail: info@baubiologie-plauen.de.