

VORTRAG

Homöopathie für Einsteiger

“Homöopathie? Das sind doch diese kleinen Kügelchen, die Mamas immer in ihrer Handtasche haben, falls die Kinder sich mal eine Beule holen?”

Ja, aber nicht nur! Die Homöopathie ist eine jahrhundertealte, sehr vielseitige und differenzierte Heilmethode, die weit mehr zu bieten hat, als nur weiße Kügelchen! Hätten Sie gewusst, dass z.B. auch Tintenfische zu homöopathischen Mitteln verarbeitet werden? Oder Edelmetalle wie Gold und Silber? Mehr zu den Grundlagen und der Wirkungsweise der homöopathischen Behandlung wollen wir in diesem Vortrag von der Heilpraktikerin Michaela Schenker erfahren!

VERANSTALTUNGSTERMIN

Mittwoch, 22. Oktober 2025, 18.00 Uhr

VORTRAG

Schüsslersalze für Einsteiger

Den Begriff "Schüßler-Salze" haben wohl die meisten schon einmal gehört und wissen auch, dass es sich dabei um eine Therapiemethode aus der Naturheilkunde handelt. Doch viele können sich nicht vorstellen, warum mit Salzen behandelt wird. Kochsalz kennt jeder als Gewürz, aber ist es denn nicht angeblich ungesund und macht zu hohen Blutdruck? Warum also Salze therapeutisch anwenden? Näheres über diese Therapiemethode und ihre vielfältigen Anwendungsmöglichkeiten wollen wir in diesem Vortrag erfahren.

VERANSTALTUNGSTERMIN

Mittwoch, 21. Januar 2026, 18.00 Uhr

REFERENTIN

Michaela Schenker, Heilpraktikerin

VERANSTALTUNGSORT

Schranne im Alten Rathaus, Marktplatz 1, 73441 Bopfingen

EINTRITT

5 Euro

Anmeldung unter: www.vhs-ostalb.de oder unter Tel. 07961/8786-986



VORTRAG

„Wenn der Druck wächst: Stress bewältigen und innere Stärke finden“

Stress gehört für viele von uns zum Alltag – sei es durch berufliche Herausforderungen, private Verpflichtungen oder den Druck, allen Erwartungen gerecht zu werden. Doch wie können wir besser mit Stress umgehen und ihn vielleicht sogar in positive Energie verwandeln?

In diesem Vortrag werden Sie eingeladen, die Mechanismen von Stress zu erkunden und praktische Wege zur Stressbewältigung kennenzulernen.

Sie erfahren:

- Warum Stress entsteht und welche Rolle unsere Gedanken und Gewohnheiten dabei spielen.
- Wie Sie Anzeichen von schädlichem Stress frühzeitig erkennen.
- Welche Strategien und Techniken Ihnen helfen können, gelassener und resilienter zu werden.
- Wie Sie langfristig ein Leben mit mehr Balance und innerer Ruhe gestalten können.

Dieser Vortrag richtet sich an alle, die ihren Umgang mit Stress verbessern, persönliche Ressourcen stärken und die Herausforderungen des Lebens mit mehr Leichtigkeit meistern möchten.

REFERENTIN

Kathrin Güntert, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Gesprächs- und Focusingtherapeutin, Integrale Supervisorin, Pferdegestützter Coach

VERANSTALTUNGSTERMIN

Montag, 10. November 2025, 19.00 Uhr

VERANSTALTUNGSORT

Schranne im Alten Rathaus, Marktplatz 1, 73441 Bopfingen

EINTRITT

5 Euro



Anmeldung über QR-Code

VORTRAG

Hypnose - Mythos und Realität

Der Dozent Holger Döhnel ist Heilpraktiker und Hypnosetherapeut in eigener Praxis. Er arbeitet seit 2008 sehr erfolgreich in der Hypnosetherapie und möchte Ihnen in diesem Vortrag einen generellen Überblick zum Thema Hypnose verschaffen. Hypnose wird weitläufig mit dem gleichgesetzt was vom Fernsehen her bekannt ist, also Showhypnose. Dass dies aber nur eine Facette von Hypnose ist werden Sie in diesem Vortrag erfahren. Sie werden einen Einblick bekommen was Hypnose ist, wo Hypnose herkommt, was damit alles möglich ist und was nicht. Anschließend steht der Dozent für Fragen gerne zur Verfügung.

REFERENT

Holger Döhnel, Heilpraktiker und Hypnosetherapeut

VERANSTALTUNGSTERMIN

Donnerstag, 20. November 2025, 19.00 Uhr

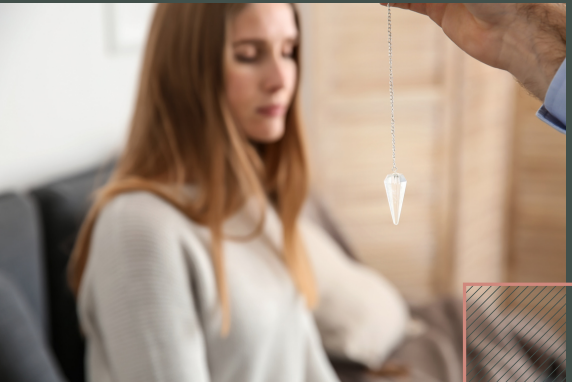
VERANSTALTUNGSORT

Schranne im Alten Rathaus, Marktplatz 1, 73441 Bopfingen

EINTRITT

5 Euro

Anmeldung unter: www.vhs-ostalb.de oder unter Tel. 07961/8786-986



Gesundes Bopfingen

VORTRÄGE & KURSE



Herbst/Winter
2025/26



www.events-am-ipf.de

VORTRAG

**Depression verstehen – Stärke finden:
Wege aus der inneren Dunkelheit**

Depression fühlt sich oft wie ein dunkler Tunnel ohne Ausweg an. Viele Betroffene erleben sich als ohnmächtig und ausgeliefert. Doch Depression bedeutet nicht, dass wir machtlos sind.

In diesem Vortrag erfahren Sie:

- Warum Depression mehr ist als eine „Schwäche“.
- Wie wir die Mechanismen der Erkrankung besser verstehen können.
- Welche kleinen Schritte große Veränderungen bewirken können.
- Wie wir lernen, uns nicht als Opfer, sondern als aktive Gestalter unseres Lebens zu sehen.

Praktischen Beispiele, Impulse und stärkende Gedanken sollen Ihnen Mut machen: Es gibt Wege hinaus – Schritt für Schritt, mit Herz, Verstand und eigener Kraft. Lassen Sie sich inspirieren, entdecken Sie neue Perspektiven und nehmen Sie Werkzeuge mit, die Sie im Alltag unterstützen.

REFERENTIN

Kathrin Güntert, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Gesprächs- und Focusingtherapeutin, Integrale Supervisorin, Pferdegestützter Coach

VERANSTALTUNGSTERMIN

Dienstag, 27. Januar 2026, 19.00 Uhr

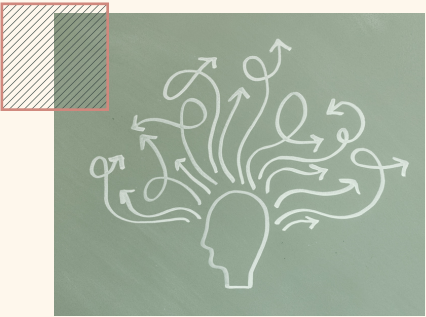
VERANSTALTUNGSORT

Schranne im Alten Rathaus, Marktplatz 1, 73441 Bopfingen

EINTRITT
5 Euro



Anmeldung über QR-Code



VORTRAG

ADHS - Diagnose und Therapie

Die Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung (ADHS) ist das häufigste von mehreren Syndromen im Kindes- und Jugendalter, bei denen Schwächen in der Aufmerksamkeitsfokussierung und Konzentration, Unruhe und Impulsivität eine zentrale Rolle spielen. Die Störung kann noch im Erwachsenenalter behandlungsbedürftig sein. Ziel des Vortrags ist, einen aktuellen Überblick über das praktische Vorgehen in der Diagnostik und Therapie von ADHS aufzuzeigen.

Im Anschluss an den Vortrag besteht die Möglichkeit, dem Referenten Fragen zu stellen.

REFERENT

Dr. med. Jens Retzlik, Chefarzt der Kinder- und Jugendpsychiatrie, -Psychotherapie und -Psychosomatik und Ärztlicher Standortleiter an der St.-Anna-Virngrund-Klinik Ellwangen

VERANSTALTUNGSTERMIN

Donnerstag, 05. Februar 2026, 19.00 Uhr

VERANSTALTUNGSORT

Schranne im Alten Rathaus, Marktplatz 1, 73441 Bopfingen

EINTRITT
5 Euro

Anmeldung unter: www.vhs-ostalb.de
oder unter Tel. 07961/8786-986



VORTRAG

Homöopathische Notfall-Apotheke für Tiere

Notfälle passieren oft schneller als man denkt. Ihr Hund oder Pferd verletzt sich im Spiel oder wird von einer Biene gestochen. Was tun bei Bisswunden oder Kolik? Welches homöopathische Komplexmittel soll man bei Magen- und Darmbeschwerden geben?

In diesem Vortrag bekommen Sie die Antwort darauf. Sie lernen wie sie mit nur 7 homöopathischen Komplexmittel und dem ein oder anderen Hausmittel alle Notfälle von A wie Augenkrankheit bis Z wie Zeckenbiss selbst behandeln können. Alle Produkte, die Sie hier kennenlernen sind für Tiere zugelassen

Inhalt des Vortrages:

- Kurze Einführung in die Homöopathie
- Dosierung und Anwendung
- Vorstellung der Komplexmittel für Ihr Tier
- Krankheiten vom Auge bis zum Zeckenbiss

Fragen werden gerne beantwortet, außerdem erhalten Sie eine Übersicht der Mittel für den Notfall.

REFERENTIN

Anke Batz, Tierheilpraktikerin & Tierphysiotherapeutin, Ernährungsberatung für Pferde

VERANSTALTUNGSTERMIN

Donnerstag, 05. März 2026, 19.00 Uhr

VERANSTALTUNGSORT

Schranne im Alten Rathaus, Marktplatz 1, 73441 Bopfingen

EINTRITT
5 Euro



Anmeldung über QR-Code



KURS

„Der Esel auf der Yogamatte“

„Der Esel auf der Yogamatte – ein artgerechter Abend für Körper, Geist und Seele“. Sei gespannt, was Dich erwartet, wenn PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG auf YOGA trifft!

Kathrin Güntert wird Ihnen Einblicke in ihr inspirierendes Buch „Der Esel am Abgrund – ein Buch über artgerechte Menschenhaltung“ geben, und Nicole Bohner wird die Themen:

- Der Moment ist das Leben
 - ICH – Die Liebe meines Lebens
 - SELBSTbewusst
 - SELBSTvertrauen
 - Dankbarkeit, der Schlüssel zum Glück
- in passende Yogaübungen umsetzen.

Yogaerfahrung ist nicht nötig.

Lassen Sie uns gemeinsam einen Abend voller Inspiration und Harmonie erleben.

REFERENTIN

Kathrin Güntert, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Gesprächs- und Focusingtherapeutin, Integrale Supervisorin, Pferdegestützter Coach

VERANSTALTUNGSTERMIN

Freitag, 20. März 2026, 19.00 Uhr

VERANSTALTUNGSORT

Evangelisches Gemeindehaus, Kirchplatz 2, 73441 Bopfingen

EINTRITT
15 Euro



Anmeldung über QR-Code