

# Frühjahrs – Heilfasten

**Heil-Haus-Ohlenbusch  
Christine Olenbusch, Ärztin  
Viehlander Strasse 5  
Worpswede**

## **Fasten reinigt und entschlackt und bringt neuen Schwung.**

In der Heilfastenwoche vom 24. – 28. Februar 2025 für Gesunde geht es um das bewusste, gemeinsame Tee- und Saft- bzw. Brühefasten.  
Von dem kurzfristigen Verzicht profitiert der Mensch in seiner Ganzheit.

Durch falsche Ernährung und Lebensweisen verschlacken die Gewebe im Laufe der Zeit. Auf die wichtigen Grundbedürfnisse des Körpers und der Seele wird kaum Rücksicht genommen. Die Körperabwehr wird geschwächt und Krankheiten entstehen.

Durch das Fasten werden Selbstheilungskräfte aktiviert.

Mit Hilfe der Gruppe kann das Fasten überstanden werden. Ängste und Bedenken können abgebaut und Erfahrungen ausgetauscht werden.  
Körper – und Wahrnehmungsübungen, Meditationen und Gesprächsrunden tragen zum körperlichen und seelischen Wohlbefinden bei.

Literaturempfehlung: „Wie neugeboren durch Fasten“ von Dr. med. Lützner Gräfe und Unzer Verlag

Betreuung: Christine Ohlenbusch, Ärztin für Homöopathie und Energiearbeit

**Anmeldung:** 04791-9319433 oder [praxis-ohlenbusch@web.de](mailto:praxis-ohlenbusch@web.de), [heil-haus.de](http://heil-haus.de)

**Voraussetzung:** gemeinsames Treffen am 19.02.25 um 17 Uhr.

**Beginn:** Montag 24.02.25 (1. Fastentag) 10 – 13 Uhr,  
tägliche Gruppenzusammenkunft nach Absprache

**Ende:** Freitag 28.02.2025

Energieausgleich: 400€ für 5Tage

Übernachtungen auf Anfrage möglich.

Colonhydrotherapie zur Darmreinigung und energetische Fussmassagen oder/und Einzelsitzungen können zugebucht werden.

Es findet eine **2. Gruppe für Berufstätige statt v. 17.März - 21.März 25**, also Nachmittags/  
Abends....nach Absprache.