

# Terminkalender November & Dezember 2024

Wird fortlaufend aktualisiert!



Gemeinschaftspraxis & Schule für ganzheitliche Heilmethodik, Medialität und freie Lebensgestaltung

Bernadette Suter und Simone Meier

Bahnhofstrasse 173  
9244 Niederuzwil SG

Gemeinschaftspraxis & Schule

**[www.vywamus.ch](http://www.vywamus.ch)**

Essenzen Shop:

[www.prisma-essenzen.ch](http://www.prisma-essenzen.ch)

Shop für Digitale Produkte:

<https://vywamus.gumroad.com>

Youtube:

<https://www.youtube.com/channel/UCrDUoch9OiEWgPikt2ZIBTw>

Facebook:

<https://www.facebook.com/www.vywamus.ch>

<https://www.facebook.com/profile.php?id=100064067653064>

<https://www.facebook.com/heartofgrace.ch/>

Telegram:

<https://t.me/VYWAMUS>

[https://t.me/Botschaften\\_aus\\_dem\\_Licht](https://t.me/Botschaften_aus_dem_Licht)

[https://t.me/Meditation\\_Zeit\\_fuer\\_Dich\\_Kanal](https://t.me/Meditation_Zeit_fuer_Dich_Kanal)

## Wer sind wir:



**Bernadette Suter**

Ganzheitliche Heilmethodikerin, Medium, Meditationslehrerin und Autorin. Ich gebe Einzelsitzungen, in ganzheitlicher Heilmethodik, Channeling-Mediale Beratung, die 10 Mysterien Schlüssel zum Lichtkörperpotenzial, Chara-Arbeit, Prisma Essenzberatungen, Meditationen Seminare, Workshops in Gruppen und Individuelle Privatschulungen.

Info zu meinen Büchern auf [www.eieeles-verlag.ch](http://www.eieeles-verlag.ch)

Alles ist nach Absprache möglich, persönlich in unseren schönen Praxisräumen oder auch Online. Einzelsitzungen-Beratungsgespräche können auch telefonisch gemacht werden.

Tel: + (0)79 640 97 12

E-Mail: [bernadette@vywamus.ch](mailto:bernadette@vywamus.ch)

\*\*\*



**Simone Meier**

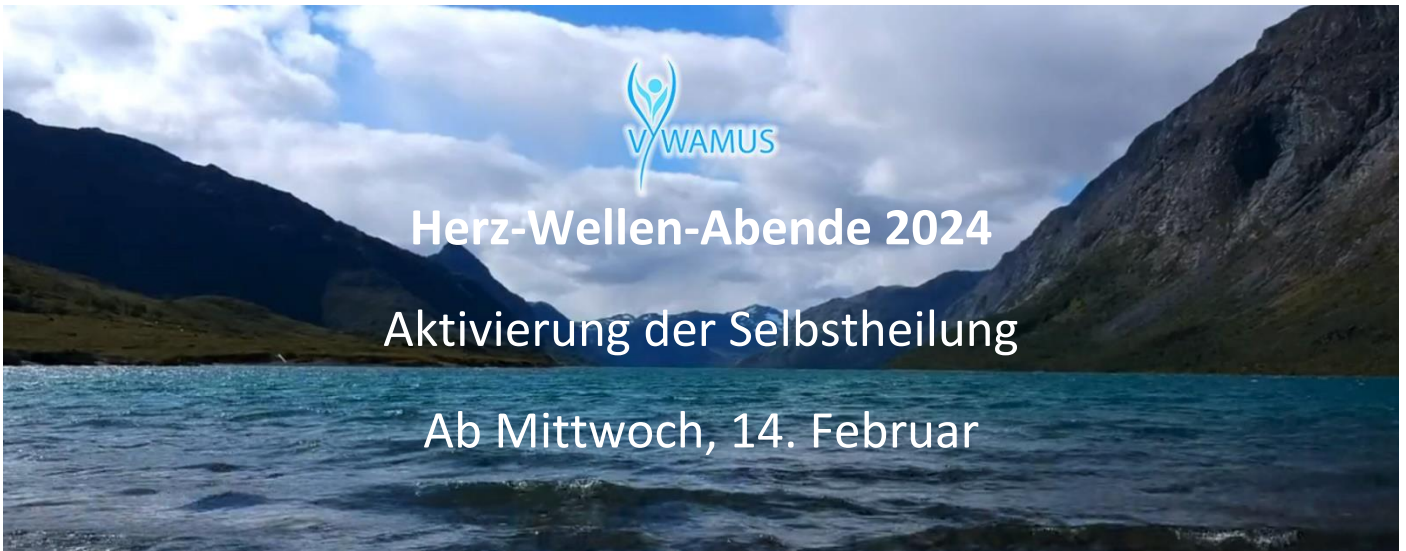
Ganzheitliche Heilmethodikerin, Medium, Meditationslehrerin. Ich gebe Einzelsitzungen, in ganzheitlicher Heilmethodik, Channeling-Mediale Beratung, Prisma Essenzberatungen, Chakra-Arbeit, Meditationen, Seminare, Workshops und Individuelle Privatschulungen.

Alles ist nach Absprache möglich, persönlich in unseren schönen Praxisräumen oder auch Online. Einzelsitzungen-Beratungsgespräche können auch telefonisch gemacht werden.

Tel: + (0)79 708 16 76

E-Mail: [simone@vywamus.ch](mailto:simone@vywamus.ch)

Ab Februar 2024



### **Herzliche Einladung zum Herz-Wellen-Abende**

Unsere Herzmitte ist die Verbindung zur göttlichen Quelle, der Urseele allen Seins. Dort fließt die Energie des Heil-Seins in seiner neutralsten Frequenz. Diese Reine Heil-Energie ermöglicht die Aktivierung unserer Selbstheilungskräfte. Dadurch erfahren wir Heilung auf allen Ebenen, zum höchsten Wohl des eigenen Lebensplans.



**Möchtest Du Dich in Deiner Selbstheilung stärken**

**Dich einfach in allen Ebenen Deines Seins wohlfühlen können**

**Dich mit anderen Menschen austauschen**

**Heilenergie schenken und empfangen, für Deine persönlichen Anliegen, aber auch für das Kollektiv,**

**Möchtest Du Unterstützung beim Lernen wie das alles ganz leicht möglich ist?**

Dann komm an diesem Abend gern vorbei. Wir treffen uns, um einen Raum der Heilung zu erschaffen, in dem jeder Teilnehmer genau die Energie erhält, die gebraucht wird, um die ureigenen Selbstheilungskräfte wieder zu aktivieren.

Durch die Verbindung über unsere Herzmitte und das Fliesen-Lassen dieser Heil-Energie füllen wir den Raum kollektiv mit reinsten Liebe. So darf jeder Teilnehmer diese gesamte Frequenz für sich annehmen und sein ganzes Sein in diesen Raum der göttlichen All-Liebe, in diese Heilung hineingeben.

Selbstheilung darf bedingungslos angenommen werden. Sie darf auf ein bestimmtes Thema gelenkt werden, oder auch einfach dorthin geleitet werden, wo sie gerade gebraucht wird.

*Heilung ist ein Wort, das alle Möglichkeiten in sich birgt. Heilung bedeutet, sich selbst so annehmen können wie man ist, mit allen Schatten und Lichtern. Heilung bedeutet Loslassen von Erwartungen, Annehmen der bedingungslosen Liebe und Gnade Gottes, um zu erkennen, dass jedes Wesen vollkommen ist, genau richtig ist, in jedem Augenblick. Heilung kann auf allen Ebenen geschehen, wenn man zu der Erkenntnis gelangt, warum etwas so ist, wie es ist.*

*Heilung bedeutet auch, seinen Lebensweg anzunehmen, und anzuerkennen, welches Potenzial in einem schlummert, welche Aufgaben jemand mitgebracht hat auf diese Erde, welche alten Erfahrungen noch ins Gleichgewicht kommen dürfen um dann losgelassen werden zu können. **Heilung hat viele Farben, Heilung ist, der Melodie des eigenen Herzens zu folgen.***

Am Schluss dieser Herz-Wellen-Energie senden wir diese Heil-Kraft ins Kollektiv der Welt hinaus. Möge Heilung für alle Wesen möglich sein.

Bernadette und Simone führen gemeinsam mit der geistigen Welt durch diesen Abend. Des Miteinanders!

Es braucht keine Vorkenntnisse, alle sind willkommen, darum melde Dich einfach an!

#### **Daten:**

14.2.2024

24.4.2024

12.06.2024

16.10.2024

**27.11.2024**

#### **Zeit:**

19.30h – ca. 20.30h

#### **Anmeldung:**

Wir freuen uns auf Deine Anmeldung bis am **Dienstag vor dem jeweiligen Herz-Wellen-Abend**

Bei Simone [simone@vywamus.ch](mailto:simone@vywamus.ch) oder 079 708 16 76

Oder Bernadette [bernadette@vywamus.ch](mailto:bernadette@vywamus.ch) oder 079 640 97 12

#### **Ausgleich:**

CHF 30.-





# Adventsfeier mit Konzert von Heart of Grace & Botschaft aus dem Licht

Türöffnung 10:00h Beginn 10:30h



## Einladung 1. Dezember-Advent-Sonntag 2024



HEART of GRACE

### Liebe Freunde, Kunden und Interessierte

Ein weiteres Jahr neigt sich dem Ende zu, die Begegnungen mit Euch in unserer Gemeinschaftspraxis waren in allen Bereichen erfüllend und viel Gutes durfte entstehen und geschehen.

Als Zeichen unserer Dankbarkeit laden wir Euch am **1. Advents Sonntag**, herzlich zu einem festlichen Konzert mit unserer **Band Heart of Grace** ein. Lasst uns gemeinsam **in unserer Praxis in Niederuzwil**, die Adventszeit mit den Klängen der im Herzen empfangenen Musik, den Berührenden Songtexten und mit einer kurzen **Botschaft aus dem Licht/Channeling** beginnen.

Im Anschluss geniessen wir das Zusammensein mit Euch und den für alle bereitgestellten **weihnachtlichen Leckereien**, Mandarinen, Nüsse, Mineralwasser und winterliche Getränke.

*«Wenn jemand von Euch etwas Feines zum Teilen mitbringen möchte, dann meldet Euch einfach bei Simone oder Bernadette.»*

Wir freuen uns auf Euer Kommen und wünschen Euch eine besinnliche, lichtvolle Adventszeit!

Herzliche Grüsse und bis bald

Euer **VYWAMUS Praxisteam** Bernadette und Simone und unsere **Band Heart of Grace**



**Datum:**

**Sonntag 01. Dezember 2024**

**Zeit:**

**Türöffnung 10:00h**

**Beginn 10:30h**

**Eintritt frei: Kollekte**

**Anmeldung:**

Wir freuen uns auf Deine Anmeldung **bis spätestens Donnerstag 28. November**

Bei Simone [simone@vywamus.ch](mailto:simone@vywamus.ch) oder 079 708 16 76

Oder Bernadette [bernadette@vywamus.ch](mailto:bernadette@vywamus.ch) oder 079 640 97 12



Die Kerze brennt am grünen Kranz, Ihr goldener Schein erstrahlt ganz schlicht

Mit jedem Sonntag steigt der Glanz und es wächst das Kerzenlicht

So sollte es auch mit den Menschen sein

Von Herz zu Herz das innere Licht entfalten, gemeinsam ein Lichtermeer gestalten

So wird es heller bei den Menschen hier auf Erden und Frieden darf wieder werden

*Bernadette & Simone*

# 2024 regelmässig ausser in den Schulferien!



## Hatha Yoga

### Mit Yogalehrerin Simone Ranzoni

Durch sanfte und konzentrierte Körperübungen (asana), Atemübungen (pranayama), Anspannung und Entspannung (savasana), Konzentrations- und Meditationsübungen werden wir körperlich, geistig und seelisch bewusster und beweglicher. Wir entwickeln unsere Wahrnehmung und Persönlichkeit. Alle Übungen werden in einer achtsamen, ruhigen Geisteshaltung und mit nach innen gerichtetem Bewusstsein ausgeführt. Es ist ein harmonisches Zusammenspiel von Körper, Geist und Seele, welches uns inneren Frieden und Ausgeglichenheit schenkt.

Die positiven Wirkungen einer regelmässigen Yoga-Praxis sind Stressabbau, Stärkung des Immunsystems, Stärkung der Muskulatur, Verbesserung der Körperhaltung. Rückenprobleme können behoben werden. Yoga löst Verspannungen im ganzen Körper, reguliert den Blutdruck und gibt mehr Vitalität und Lebensmut. Auch wird die Konzentrationsfähigkeit, sowie das Gleichgewicht verbessert. Sehr gut bei geistiger Erschöpfung, Burnout oder Depressionszuständen.

### Informationen

Es sind weder Vorkenntnisse noch Beweglichkeit erforderlich - die Übungen sind einfach zu erlernen und umzusetzen.

### Eine Lektion dauert 75 Minuten.

Die Kurse finden jeden Dienstag am Morgen um 09.15-10.30 oder am Abend 18.00-19.15 oder 19.30-20.45 statt.

Während der Schulferien finden keine Lektionen statt

### Kontakt und Anmeldung

Simone Ranzoni  
076 345 22 35  
simoneranzoni@gmail.com  
<https://hatha-yoga-by-simone.jimdosite.com>

