

2024
Gutscheinheft OWL



feel good



Willkommen bei dem Gutscheineheft der besonderen Art.

Sich selbst etwas Gutes tun und Vorhaben umsetzen, dafür brauchen wir manchmal einen Impuls oder eine Erinnerung – zum Beispiel dieses feel good Gutscheineheft.

Es ist einzigartig und gespickt mit verschiedenen feel good - Angeboten, die inspirieren, beseelen, beflügeln und fühlen lassen.

Ein Gutscheineheft für alle, die auf der Suche nach feel goods sind, daran erinnert werden wollen und die, die einen kleinen Anreiz brauchen, um ins Tun zu kommen.

In diesem Sinne, viel Freude damit – denn,
das Leben ist zu kurz für irgendwann!



EntWicklungsSession Kinesiologie

Herzlich Willkommen in der EntWicklungsQuelle Kinesiologie, Aufstellungsarbeit & Co. Mit diesem Gutschein erhältst Du einmalig 50% Rabatt auf eine EntWicklungsSession. Dies ergibt aktuell einen Preis von 110€ statt regulär 220€.

Wir stellen innerhalb der Session Deine Grundbalance wieder her und lösen Stress, Ängste oder Glaubenssätze, ganz so, wie Du es wünschst. Rechne mit etwa 90 Min. Zeitaufwand, wobei die Dauer nicht begrenzt ist. Wir arbeiten alles ab, was Du in einer Session sanft verarbeiten kannst.

Für mehr Infos, schau gerne auch auf Instagram unter „entwicklungsquelle“ vorbei oder schreib mir direkt eine Email.

Deine Sabine



Im Meierfeld 8, 33818 Leopoldshöhe oder Online via Zoom

50 % Rabatt

Stempel oder Unterschrift

Sabine Diekmeier

 05208 95 84 750

 info@entwicklungsquelle.de

 www.entwicklungsquelle.de

Beratung, Coaching, Supervision

Das Leben fordert uns immer wieder heraus: Wandel kann verunsichern und Alltägliches lässt mitunter erstarren. Gedanken kreisen um sich selbst auch wenn Entscheidungen gefragt sind.

Ein verdichteter Berufs-/Alltag lässt in der Regel wenig Raum, um Perspektiven zu erweitern und mögliche Knoten zu lösen.

Nehmen Sie sich Raum und Zeit, Ihre Themen gemeinsam mit mir in den Blick zu nehmen.

Ich unterstütze Sie dabei, gewohnte Denk- und Handlungsmuster aufzuweichen, Perspektiven zu erweitern und gedankliche Hamsterräder zu verlassen.

Melden Sie sich, ich freue mich auf Sie!



Kiepenweg 14, 33609 Bielefeld (leider nicht barrierefrei)
... und aufsuchend

Maya Goltermann



0176 47 09 49 85



mail@golterfrau-supervision.de



www.golterfrau-supervision.de

50 % Rabatt auf eine Stunde

Stempel oder Unterschrift



golterfrau
SUPERVISION



Laden 63

Michael Pohl

Melanchthonstr. 63 Bielefeld

20 % Nachlass pro Bild

Stempel oder Unterschrift

Kunst - Bilder - Abstrakt - Galerie - Atelier

Meine Bilder entstehen meist intuitiv und sind oft abstrakt.

Ich arbeite vorwiegend mit Acrylfarben, Kreide oder Linoldruckfarben. Meine Werkzeuge sind Pinsel, Spachtel und Holzstäbe zum Auftragen der Farben auf Leinwand.

Die Formate sind sehr unterschiedlich,

z.B. von 2 Meter bis 20 cm ist alles vertreten.

Meine Bilder können in der Galerie Laden63

Freitag von 16 bis 18 Uhr oder nach Terminvereinbarung angeschaut werden.



Melanchthonstr. 63, 33615 Bielefeld

Michael Pohl

 0176 34 46 95 29

 pohl.bielefeld@web.de

 www.pohl-bielefeld.jimdofree.com

Rückenwind für deinen Alltag...

...Sonne, Wind und Lebendigkeit, ein Wohlgefühl in deinem Körper.
Erfahre wie du mit Hilfe von praktisch angewandter Kinesiologie Zugang zu deinem Ausdruck von Lebensfreude und Leichtigkeit finden kannst. Wir haben Zugang zu unseren stimmigen Antworten, oft blockiert uns jedoch Angst und Stress. Es wird eng und wir hängen fest. In Resonanz mit deinem Körper kann ich aus einer Fülle die für dich passende Balancemethode auswählen, mit dir abstimmen und anwenden. Dein Körper kann aufatmen, Weite erleben und Veränderungen sanft umsetzen. Sich im eigenen Körper zuhause fühlen.
Mein Angebot ist für Kinder ab 7, Jugendliche und Erwachsene geeignet.



Werther Straße 84, 33615 Bielefeld /
Eingang auf der Seite vom Oetkerpark

Angela Beiderbeck

☎ 0177 54 91 49 0

@ kontakt@angela-beiderbeck.de

🌐 www.angela-beiderbeck.de

30 € beim ersten Termin



Stempel oder Unterschrift



shamanic touch

shamanic touch ist eine Kombination aus Handauflegen und der schamanischen Heilarbeit.

Durch eine kleine schamanische Zeremonie eröffnen wir gemeinsam einen heilsamen Raum, in dem ich dir intuitiv die Hände auflege oder sie in deiner Aura bewege. Dadurch kann der Energiefluss angeregt, die Chakren aktiviert und energetische Blockaden gelöst werden. Bei shamanic touch steht der Energiefluss zwischen den Personen in einem offenen, stillen und intuitiven Raum im Mittelpunkt. Es handelt sich nicht um eine zielgerichtete Behandlung oder (Schmerz-)Therapie. shamanic touch aktiviert die heilenden, ordnenden und universellen Kräfte in uns und fördert somit das Wohlbefinden und die Selbstheilungskräfte.



Praxis für Einzel-, Team- und Paarcoaching, Alte Bielefelder Str. 12,
33824 Werther

90,- € statt 110,- € für 90 Minuten (zzgl. MWSt)

Stempel oder Unterschrift

Dietmar Sahrhage

 05203 70 94 82

 post@disaco.de

 www.disaco.de

Supervision - Coaching - Mediation Tina Ortgies

„Wege entstehen dadurch, dass wir sie gehen.“ - Franz Kafka -

Im Supervisionsprozess werden Wege sichtbar und Brücken erkennbar, die bisher im Verborgenen lagen. Supervision bietet Beratung für Personen und Organisationen und richtet sich an Einzelpersonen, Gruppen oder Teams. In der professionellen Arbeit mit und am Menschen unterstützt sie dabei, die professionelle Position zwischen Nähe und Distanz zu finden - eine kontinuierliche Berufsrollenreflexion. Jeder Mensch ist Experte*in in seinem/ihrer Leben (Empowermentansatz). Durch einen unvoreingenommenen Blick und eine Außenperspektive unterstützt Supervision dabei, sich Stärken und Ressourcen bewusst zu machen. Im gemeinsamen Prozess entwickeln wir so neue Perspektiven und Handlungsoptionen.



Schloßhofstraße 189, 33615 Bielefeld Mitte (oder nach Vereinbarung aufsuchend +30 km)

Tina Ortgies



0176 96 37 17 93



tinaortgies@gmx.de



www.tinaortgies.de

20 % Rabatt auf die ersten 3 Termine

Stempel oder Unterschrift





10 % auf eine Aktion

Stempel oder Unterschrift

Teilnahme einer Person an einem natURsinnlichen Angebot

NatURSinn e. V. bietet regelmässig naturerlebnispädagogische Angebote, Waldgruppen, Ferienspiele, Kletterkurse, Geburtstage, Eseltrekking für ALLE Menschen - immer draussen - an.

Mit diesem Gutscheineheft FeelGood 2024 gewähren wir 10 % Erlass auf die Kosten für die Teilnahme eines Kindes / Erwachsenen an einem unserer Angebote: z. B. ein Osterferienkurs/eine natURsinnliche Geburtstagsfeier oder einem Eseltrekking mit unseren Eseln Carla & Pedro.
Wir freuen uns auf neugierig lebendige kleine und große Menschen... ;-)



Bielefeld



Sandra Thyke - päd. Leitung
0176 30 17 00 69



info@natursinn-bielefeld.de



www.natursinn-bielefeld.de

Kinesiologie für Kinder

Mama macht sich Sorgen, Papa auch, weil:
ich noch nicht so gut lesen kann wie die anderen, oder
ich oft Streit habe und auch manchmal boxe und trete, oder
ich so oft abgelenkt bin, oder ich von anderen geärgert werde und mich nicht gut
wehren kann, ... Ja genau, und deshalb kommst du zu mir zur Kinesiologie.
Das Gute ist, ich höre mir Mamas oder Papas Sorgen an und dann arbeiten wir:
Du sagst, was du dir wünschst, oder auch, was dich bedrückt.
Und darum geht es dann. Es geht um dich! Und Kinesiologie ist echt keine Hexerei.
Ich spreche mit dir und deinem Körper, wir machen ein paar Übungen und das wars
auch schon. Ich freue mich auf dich!



Kiepenweg 14, 33609 Bielefeld

Anja Bouwman

 0175 52 06 40 1

 bouwman@kinesiologen.de

 www.anjabouwman.de

30 % auf eine kinesiologische Sitzung für Kinder

Stempel oder Unterschrift





Fort- u. Weiterbildung, System. Beratung Neue Autorität in Systemen

Unsere Begeisterung für die Haltung der Neuen Autorität (nonviolent resistance) verbinden wir mit Themenfeldern wie Trauma, Bindung und Beziehung, Scham und Beschämung, Polyvagaltheorie, nachhaltige Systementwicklung.

Wer professionell in Selbstreflexion und Selbststärkung agieren und dies im eigenen System / Team implementieren möchte, dem bieten wir unsere langjährige Erfahrung und beharrliche Haltung an in z.B.: Impulsvorträgen, Inhouse-Veranstaltungen, Institutionsbegleitung, Basiskurs Coach Neue Autorität, Systemische Beratung. Wir freuen uns auf Sie!

Ihre Ines Schiermeyer-Reichl (NAiS-Bielefeld)

NAiS
Neue Autorität in Systemen



Inhouse Veranstaltungen bzw. Coachingräume Bielefeld

10 % auf die erste bei NAiS gebuchte Veranstaltung

Stempel oder Unterschrift

NAiS-Bielefeld

 0176 52 79 91 71

 info@nais-bielefeld.de

 www.nais-bielefeld.de

Haben Sie Lust auf Ihre persönliche Entdeckungsreise?

Kennen Sie die Momente, wo es sich im Leben gefühlt im Kreis dreht oder Sie sich eine Veränderung wünschen? Für diese Themen und viele andere biete ich mein Coaching an. Ich möchte Sie unterstützen in Verbindung mit sich zu sein und Sie inspirieren, begleiten und zur Weiterentwicklung befähigen. Sie sind einzigartig und stehen mit Ihren Potenzialen und Ihrer Persönlichkeit im Fokus. Mit dem Coaching bei mir lernen Sie weitere Seiten von sich kennen, erhalten einen neuen Blick auf Situationen, können Ihre Bedürfnisse wahrnehmen und Veränderungswünsche konkretisieren. Manchmal brauchen wir Impulse von außen, um zu erkennen, was in uns steckt. Ich lade Sie ein, Ihre Impulsgeberin zu sein, denn Entwicklung ist immer möglich und wertvoll.



3 Settings sind möglich: in meinem Raum in Herford oder Bielefeld, per Videokonferenz oder in Bewegung beim Spaziergang

Lena Held

 0177 61 17 68 5

 info@impulsgebung.de

 www.impulsgebung.de

25 % auf die ersten beiden Coaching-Sitzungen

Stempel oder Unterschrift




Lena Held
COACHING. BERATUNG.

Aufräumen ist ein großes Thema – heute mehr, als je zuvor.



Ordnungscoaching: Ordnung schaffen- Klarheit fürs Leben

Den Überblick verloren,
Wühlecken in allen Räumen,
Keller und Garage vollgestopft,
Büro im Chaos?

Da ist es schwer den Anfang zu finden oder auch loszulassen!

Ich unterstütze professionell und diskret beim Ordnungschaffen und Neuorganisieren, damit du dich wieder wohlfühlen kannst und den Überblick zurückgewinnst.

DIE AUFRÄUMEREI

AGENTUR FÜR PROFESSIONELLES AUFRÄUMEN



Immer da, wo aufgeräumt werden möchte.

50 % auf die ersten beiden Stunden

Stempel oder Unterschrift

Anne Eysoldt-Mersch

 0163 68 33 80 0

 anne.mersch@me.com

 www.die-aufraeumerei.de

PORTRAIT - FOTOSHOOTING | ON LOCATION

PORTRAIT - FOTOSHOOTING im Kunsthallenpark Bielefeld

Dauer 1 h, Auswahl-PDF via E-Mail. Professionelle Bildbearbeitung und Retusche von 5 Motiven, die zum Download (als .jpg) via WeTransfer bereitgestellt werden.

PREIS: 220,00 € (inkl. 19 % MwSt.)

ABZÜGE (13 x 18 cm) der bearbeiteten 5 Motive gegen AUFPREIS von 10 € (ohne Rabatt).



Kunsthallenpark Bielefeld

Barbara Franke



0173 57 05 89 6



post@barbarafranke.de



www.barbarafranke.de

10 % Rabatt

Stempel oder Unterschrift

FOTOGRAFIE
BARBARA FRANKE





Kinesiologische Beratung

Kinesiologie ist eine tiefgreifende und zugleich sanfte Methode, emotionalen Stress zu lösen und Sie in Ihre Kraft zu bringen.

Was wünschen Sie sich? Die Klärung eines inneren Konfliktes? Mehr Verbundenheit mit Ihrer Partnerin? Gelassenheit in der Erziehung Ihres Welpen? Eine klare Ausrichtung in der Kommunikation mit Ihrer Vorgesetzten? Weniger Lampenfieber vor Auftritten?

Als Kinesiologin unterstütze ich Sie bei Ihren Herausforderungen. Wir lösen den emotionalen Stress in Bezug auf Ihre individuellen Themen. Dadurch wird der Weg freigelegt für neue Denk- und Verhaltensweisen. Auch ein verändertes emotionales Erleben wird möglich.



Kiepenweg 14, 33609 Bielefeld

20 % auf eine kinesiologische Sitzung

Stempel oder Unterschrift

Anja Bouwman

 0175 52 06 40 1

 bouwman@kinesiologen.de

 www.anjabouwman.de

tiergestützt empathisches Coaching

In Dialog mit meinen beiden Eseln, meiner Hündin und mir, lade ich herzlich zu einem tiergestützten Schnuppercoaching ein.

In empathischem Wohlwollen steht ein „Raum“ bereit, in dem alles willkommen ist, was sich gerade zeigen mag

- 45 Minuten / 15 €
nur für DICH!

Alle Angebote finden auf dem Gelände meiner Esel in Bielefeld Senne statt.
(Bei Regen ggf. in der Scheune oder im Bauwagen)
Terminvereinbarung bitte per Mail!



Eselgelände, Kampstraße, Bielefeld Senne



Sandra Thyke
0176 96 36 45 54



post@heilsamer-dialog.de



www.heilsamer-dialog.de



45 Min. empathisch tiergestütztes Schnuppercoaching - 15 €

Stempel oder Unterschrift



Paarberatung

Die Kunst in einer Beziehung zu bleiben, liegt darin, dem anderen zu erlauben, anders zu sein, dass Anderssein nicht nur zu tolerieren, es als Bereicherung für das eigene Leben anzusehen.

Wir laden Sie ein, mit uns an Ihren Themen zu arbeiten, um einen neuen / anderen Weg für Sie und Ihre Partnerschaft zu finden. Wir begleiten Sie in diesem Prozess, der geprägt ist von Wertschätzung, Achtsamkeit und gegenseitigem Respekt. Unser Anspruch ist, Sie ergebnisoffen zu beraten. Die Kunst ist es, dass beide Partner gleichberechtigt nebeneinanderstehen.

Wir arbeiten als Team (Frau und Mann) mit Ihnen, denn Frauen sind anders und Männer auch.



DIRK ACHTERWINTER

Dipl. Pädagoge // Beratung • Supervision



Am Rottmannshof 60, 33619 Bielefeld

Drei Termine zum Preis von zwei, also 350 € statt 525 €

Stempel oder Unterschrift

Anne Krüger - Gembus und Dirk Achterwinter

 0175 36 70 55 3 oder 0521 26 08 74 2

 beratung@dirk-achterwinter.de

 www.achterwinter-beratung.de

Supervision und Coaching (Einzel)

Werde, wer du bist (Pindar)

Bist du auf der Suche nach Zufriedenheit, Entwicklung oder Sortierung in einer beruflichen oder privaten Situation?

Möchtest du noch mehr „DU“ werden und wünschst dir eine unvoreingenommene und professionelle Begleitung für beginnende Prozesse?

Dann ist dieser Gutschein die Gelegenheit, unverbindlich auszuprobieren, ob dies ein Format für dich sein könne.

Ich freue mich auf eine Kontaktaufnahme.



Lerchenweg 15, 32257 Bünde

Andrea Ritz

 0152 29 71 74 89

 kontakt@andrearitz.de

 www.andrearitz.de

Gutschein über 1x Supervision/ Coaching (90 min)

Stempel oder Unterschrift



Andrea Ritz
SUPERVISION



dr
DANIELA REIMANN

Psychologische Beratung

Staatlich geprüfte psychologische Beraterin bietet Beratungsleistung an, die auf die spezifischen Bedürfnisse und Ziele des Klienten abgestimmt sind. Teilen Sie Erfolgsgeschichten und profitieren Sie von Expertenbegleitung! Psychologische Beratung dient einer positiven Veränderung der Lebensqualität, der Bewältigung von Herausforderungen, der Aufarbeitung von Anliegen, Konflikten und der Lösungsfindung, sowie der persönlichen Entwicklung. Sie kann als eine klärende und unterstützende Interventionsform verstanden werden, sowie als Primärpräventionsmaßnahme gesehen werden, da sie das geistige, seelische, körperliche und soziale Wohlbefinden fördert. Wenn Sie sich verändern, verändert sich alles!



Online

Zwei Beratungseinheiten zum Preis von einer

Stempel oder Unterschrift

Daniela Reimann

 0170 159 159 1

 info@psychologische-beratung-reimann.de

 www.psychologische-beratung-reimann.de

Raum für Beratung

Suchst Du einen Raum für Beratungstätigkeiten?

Im Raum für Beratung gibt es immer wieder freie Nutzungszeiten, da der Raum nur nebenberuflich genutzt wird. Der 30 m² Raum ist hell und liegt in der 1. Etage eines 6-Parteien-Haus in Bielefeld Mitte / Ost. Er ist durch alte Holzbalken optisch zweigeteilt. Im einen Bereich befindet sich eine Beratungsecke mit Sesseln, im anderen Bereich ein Tisch und Stühle sowie eine Pantryküche. Das WC ist im Hausflur.

Die Anmietung ist z.B. an festen ½ oder ganzen Tagen sowie flexibel einmalig und auch stundenweise möglich.

Ich freue mich auf feel good - Menschen, die Lust haben in diesen schönen Raum wirksam zu sein.



Kiepenweg 14, 33609 Bielefeld (leider nicht barrierefrei)

Maya Goltermann



0176 47 09 49 85



mail@golterfrau-supervision.de



www.golterfrau-supervision.de/raum

„2 Stunden für 1 Stunde“ Raum-Preis

Stempel oder Unterschrift

Raum für
BERATUNG





Aquarellkurse für die Seele

Manchmal wünschen wir uns eine kleine Auszeit - Zeit nur für uns und unser Sein. Oft vergessen wir das im Alltag aber immer wieder und nehmen uns diese Zeit zu Hause nicht bewusst. Geht dir das auch so und möchtest du vielleicht auch mal wieder kreativ sein? Dann komm' in meine Aquarellkurse - hier kannst du in kleiner Runde (maximal 4 Teilnehmer) den Pinsel über das Papier gleiten lassen ohne dich dabei unter Druck zu setzen oder an Alltagsdinge zu denken. Einfach abschalten und kreativ sein - mit anderen lieben Menschen, die aus demselben Grund da sind. Ich leite euch dabei an - entweder zu einem Thema oder aber ganz frei nach euren Wünschen. Schau einfach auf meiner Website vorbei und informiere dich über anstehende Kurse oder abonniere mich auf Instagram und erhalte alle Infos immer ganz aktuell.

focus on the good

art 



32791 Lage - Heiden

15 % Rabatt auf meine Aquarellkurse

Stempel oder Unterschrift

Sarah Paier

 0151 23 05 48 10

 info@sarahpaier.de

 www.focusonthegoodart.com

Tschüss Stress, Hallo Frieden - durch Achtsamkeit

Den tosenden Gedankenstrom, körperliches Leiden oder unangenehme Gefühle können wir nicht verhindern. So wie auch schwierige Zeiten zu durchleben. Wir können aber lernen, uns nicht von den Wellen des Lebens überrollen zu lassen und dem JETZT durch mehr Gelassenheit und Selbstmitgefühl zu begegnen.

Ich biete Dir dazu einen ERFAHRUNGSRAUM, um Dich selbst besser kennenzulernen, das eigene Glück unabhängig von äußeren Umständen zu machen und einen wahrhaften Blick auf Dich, Dein Leben zu bekommen. Ich zeige Dir wie:

An 10 x à 2,5 Std./ jew. Mi vom 07.02. bis 10.04.24 oder vom 04.09. bis 06.11.24/ von 18.30 bis 21.00h

Ich freue mich auf Dich.



Lieblingskinder/Babies in motion -
Breite Straße 43, 33602 Bielefeld

Anne Kindermann

☎ 0176 24 29 47 28

@ annekristin.kindermann@gmail.com



20 % auf den Gesamtpreis von 360 € (inkl. Handouts&Audios)

Stempel oder Unterschrift



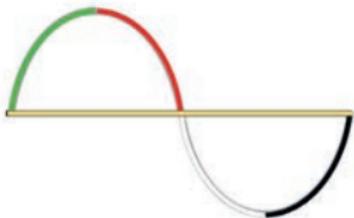
TCM Ernährungsberatung nach Yin und Yang

Die Ernährungslehren der Traditionellen Chinesischen Medizin nach Yin und Yang sind wunderbar geeignet, den Körper über die Wirkung der Lebensmittel individuell zu unterstützen. Dabei soll das Gleichgewicht im Körper hergestellt werden, sodass er seine Ressourcen nutzen kann, um sich selbst zu regulieren und die Selbstheilungskräfte zu aktivieren.

Die Ernährungsweise nach Yin und Yang ist individuell, frei gestaltbar und lässt sich sehr leicht verstehen sowie in den Alltag integrieren.

Sie eignet sich sowohl bei spezifischen Beschwerden, wie auch als reine Wohlfühl-Pflege für den Körper.

Ich freue mich darauf, Sie hierbei zu unterstützen.



Vor Ort in 32699 Extertal oder online

einmalig 10 % auf das TCM-Paket (162 € statt 180 €)

Stempel oder Unterschrift

Jana-Freja Frommann

 0157 86 18 14 33

 janafrommann@posteo.de

 www.ernaehrungsgleichgewicht.de

Biodynamische craniosacrale Therapie

Lieber Feel Good-Mensch,
wenn Du Dir etwas Gutes tun möchtest, kann mein Angebot dich dabei unterstützen. Die biodynamische craniosacrale Therapie ist eine sanfte und ganzheitliche Behandlung, die sich aus der Osteopathie begründet. Durch achtsame Berührung mit „lauschenden Händen“ wirst Du eingeladen, Deine Selbstheilungskräfte und Kraftquellen zu aktivieren, zu stärken und Dich mit Deiner Mitte und mit dem, was Dich trägt zu verbinden. Die Behandlung kann helfen bei: Spannungszuständen, Schlafstörungen, psychosomatischen Beschwerden, u.v.m. Habe ich Deine Neugier geweckt oder hast Du noch Fragen?

Melde Dich gerne bei mir. Herzlichst Nerissa



_heilsame Präsenz. Schule für Craniosacrale Biodynamik,
Quellenhofweg 129a, 33617 Bielefeld

Nerissa Clavecilla

☎ 0162 92 44 88 2

@ nclavecilla@web.de

1. Termin 65€, Folgetermine je 85 €. Dauer ca. 60-90 Min.

Stempel oder Unterschrift





b well
— COACHING —

Breathwork Session

Erlaube mir, Dich bei einer 90-minütigen Atemarbeits-Session zu begleiten. Das ist eine einfache aber transformierende Praxis, bei welcher der Atem, die Musik und die Meditation genutzt werden.

Während der Session wirst Du Deinen Atem bewusst einsetzen, um zu einer tiefen Entspannung zu gelangen. Dies ist ein Prozess, der beflügelt, da Du Dich aktiv darauf einlässt, Stress, der in Form von körperlichen Spannungen und Emotionen in deinem Körper gespeichert ist, abzubauen. Erlebe es selbst und begreife, wie einfach es ist, Breathwork zu einem festen Bestandteil Deiner Stressbewältigung zu machen. Kontaktiere Bénédicte, um in einer Breathwork-Session teilzunehmen und Deinen Gutschein einzulösen.



Arndtstrasse 29, 33619 Bielefeld

5 EUR Rabatt (20 %) - Ein Session kostet 25 EUR

Stempel oder Unterschrift

Bénédicte Siva

 0151 46 70 16 62

 benedicte@bwellcoaching.org

 www.bwellcoaching.org/breathwork

Die kleine Weinschule

Der kleine Weinladen im Bielefelder Westen. Wir haben uns auf deutsche Weine mit regionalem Bezug spezialisiert. Wir begeistern uns für diese Weine, weil wir von den Winzerfamilien und ihren qualitativ hochwertigen Produkten mehr als nur überzeugt sind. Oftmals wird der Wein aus Deutschland und die Vielfältigkeit der Anbaugebiete und ihre Qualität unterschätzt. Das wollen wir ändern! Für die Auswahl der Weine vertrauen wir auf die Leidenschaft unserer Winzer*innen, sowie unserem persönlichen Eindruck von Qualität und Geschmack. Bei unseren Winzer*innen waren wir persönlich vor Ort und haben uns von den Weinen überzeugt. Exakt aus diesem Grund macht es uns so viel Spaß mit ihnen zu arbeiten. Komm doch einfach mal zu unseren Weinabenden! Wir freuen uns auf dich!



Melanchthonstraße 63, 33615 Bielefeld
Jeden Freitag 16-18 Uhr



Die kleine Weinschule

0176 96 37 17 93



die-kleine-weinschule@gmx.de



www.die-kleine-weinschule.de

10 % Rabatt auf deinen Weineinkauf

Stempel oder Unterschrift





Schmuck & Access Bars

Entdecke Deinen FLOW mit handgefertigtem Schmuck aus OWL oder durch Entspannung mit Access Bars. Die einzigartigen Schmuckstücke sind hochwertig und individuell gestaltet, um Dich an deine Kraft & das Sein zu erinnern. Access Bars ist eine Entspannungstechnik für das Gehirn. Durch sanfte Berührung von 32 Energiepunkten am Kopf werden Glaubenssätze & Ansichten gelöst. Dadurch werden Selbstheilungskräfte aktiviert, Du erhältst Zugang zu Veränderungsmöglichkeiten und kannst Leichtigkeit erfahren. Schau gerne auf Instagram/Etsy vorbei oder melde Dich bei Interesse. Ich freue mich auf Dich!



33818 Leopoldshöhe / Asemissen

20 % Rabatt auf Access Bars oder 10 % Rabatt auf Schmuck

Stempel oder Unterschrift

Anina Löwe-Epp

 0176 46 75 54 55

 loewe-epp.design@outlook.de

 www.etsy.com/de/shop/LoeweEppDesign

Kinesiologie

Mit meiner kinesiologischen Arbeit löse ich sanft emotionalen Stress auf. Körperlicher und emotionaler Stress zeigt sich in einem schwachen Muskel. Dies mache ich mir als Kinesiologe zunutze, um Stressfaktoren, Ungleichgewichte und Blockaden auszutesten.

Kinesiologie hilft bei zwischenmenschlichen Problemen im privaten oder beruflichen Bereich, Lernblockaden und Konzentrationsschwierigkeiten, Veränderung von Denk- und Verhaltensmustern, Auflösung karmischer Aspekte oder übernommener Denkmuster, Verbesserung des Selbstwertgefühls und vieles mehr. Ich unterstütze Sie bei Ihrer persönlichen Entwicklung und Nutzung Ihres ureigenen Potenzials.



Kinesiologische Beratung Alexander Weltz
Eckendorfer Straße 91-93, 33609 Bielefeld

Alexander Weltz

 0521 32 70 79 98

 mail@kinesiologie-weltz.de

 www.kinesiologie-weltz.de

30 % auf die Erstsitzung

Stempel oder Unterschrift



Entspannung & Zeit nur für dich - mitten im Grünen

Mach dich auf eine Reise zu körperlicher, emotionaler & mentaler Entspannung und tauche darüber ein in Selbstverbundenheit und Selbstliebe. Finde den Ort in dir, wo du deiner Intuition, deiner Einzigartigkeit und deiner Körperweisheit begegnest! Über die Meditation öffnest du dich deinem Unterbewusstsein und kannst darüber körperliche und emotionale Spannungen abbauen sowie deiner inneren Ruhe & Balance wieder ein Stück näher kommen.

Bei mir im schönen Halle Westf., mitten in der Natur, freue mich sehr darauf, für dich einen Raum von Ruhe, Selbstbegegnung und Verbindung zu dir selbst und Gleichgesinnten zu öffnen.

Julia
GOLDBECKER
somatic coaching.



Suttheide 5, 33790 Halle Westf. - OT Hörste

50 % auf deine MeTime Meditation

Stempel oder Unterschrift

Julia Goldbecker

 0173 53 38 69 5

 mail@juliagoldbecker.de

 www.juliagoldbecker.de

Kinesiologie, The Access Bars

“Frei Sein. Da Sein. Klar Sein.”

Mit großer Leidenschaft begleite ich Dich auf deinem Weg in ein freies und selbstbestimmten Leben. Dabei nutze ich Methoden der Kinesiologie oder The Access Bars. Kinesiologie ist eine alternative Heilmethode, die tiefliegende Blockaden in deinem System aufspüren und lösen kann. Der Muskeltest ist dabei ein wichtiges Werkzeug, welches als Bio-Resonanz-Feedback fungiert.

The Access Bars ist eine sanfte Methode, bei der ich 32 Energiepunkte an deinem Kopf aktiviere. Dadurch werden negative Gedankenmuster gelöst, Stress wird abgebaut und du erfährst Lebensfreude und Leichtigkeit. Ich freue mich auf dich!



33818 Leopoldshöhe und Umgebung

Janine Löwe

 0170 46 72 66 7

 jani-loewe@t-online.de

 www.instagram.com/jinieloewe/

Spare 20 % auf ein Coaching in Kinesiologie oder Access Bars!

Stempel oder Unterschrift





ab Annelena Balke
BUSINESS-SCHAUSPIEL

20 % auf die erste Stunde

Stempel oder Unterschrift

Finde deinen Ausdruck

Du wünschst dir, dich sicher zu fühlen, wenn du vor anderen sprichst?

Du wünschst dir mehr Klarheit in deinem Ausdruck?

Du möchtest zu dir stehen statt dich zu verstellen?

Mit meiner Erfahrung aus 20 Jahren Führungskräftecoaching und Schauspieltraining gehe ich mit dir auf die Suche nach deinem ganz individuellen Ausdruck, deiner Präsenz und deiner Körpersprache. Gemeinsam spüren wir deine unbewussten Glaubenssätze und Blockaden auf. Du wirst dir deiner einzigartigen Ausstrahlung und Kommunikation bewusst und kannst sie so einsetzen, dass deine Signale klarer werden und du selbstbewusst zu dir und deinen Zielen stehen kannst.



Culemannstr. 12, 33604 Bielefeld



Annelena Balke

0160 85 41 14 2



annelena.balke@gmail.com



www.business-schauspiel.de

Webdesign

Du brauchst eine Webseite, oder deine jetzige soll barrierefrei werden?
Ich gestalte visuell ansprechende, gut strukturierte und funktionale Webseiten.
Du lieferst mir Texte und Bilder, wir besprechen einige Grundlagen und dann kann es losgehen.
Du weißt nicht, wo du anfangen sollst? Auch kein Problem. Dann gehen wir gemeinsam Schritt für Schritt die Punkte durch und die Texte schreiben professionelle Texter*innen aus meinem Netzwerk.
Worauf wartest du noch?

Ich freue mich auf deine neue Webseite!



Kiepenweg 14, 33609 Bielefeld



Dipti Goltermann
0172 75 85 900



mail@goltermann-digital.de



www.goltermann-digital.de



5 % Rabatt auf eine Webseitengestaltung

Stempel oder Unterschrift

Nutzungsregeln

Bitte folgende Nutzungsregeln beachten:

- Die Nutzung eines Gutscheins ist immer vor der Buchung / dem Kauf anzukündigen.
- Das feel good – Gutscheinnheft muss vorliegen, damit der Gutschein eingelöst werden kann.
- Ein Angebots-Gutschein ist nur einmal einlösbar und wird nach der Nutzung abgezeichnet.
- Ein Gutschein kann nicht als Bargeld ausgezahlt werden.
- Das Gutscheinnheft ist bis einschließlich Dezember 2024 gültig.
- Durch Aufgabe oder Schließung können einzelne Gutscheine ungültig werden.
- Es bestehen keinerlei rechtlichen Ansprüche gegenüber der Herausgeber*in für den Fall der Nichteinlösung eines Gutscheins durch die/den Anbieter*in. Für Irrtümer, Druckfehler und Änderungen wird keine Gewähr übernommen.

„Der Planet braucht keine erfolgreichen Menschen mehr, der Planet braucht dringend, Friedensstifter, Heiler, Erneuerer, Geschichtenerzähler und Liebende aller Arten. Er braucht Menschen, die gut an ihren Plätzen leben; Menschen mit Zivilcourage, bereit, sich dafür einzusetzen, die Welt lebenswert und menschlich zu gestalten.“

Dalai Lama

10 €