



„Auch im Genuss soll stets die Weisheit führen.“

Voltaire

Liebe Kundinnen und Kunden, liebe Netzwerkerinnen und Netzwerker, liebe Interessierte,

PalãoPower – Ehrlich! Wer von Ihnen hat das schon einmal gehört oder sich gar damit befasst? Und was hat das alles mit Übergewicht, Allergien, Unverträglichkeiten, Konzentrationsproblemen, ADS, ADHS, Stress und Burnout zu tun?

„PalãoPower ist die Kraft, die aus der Steinzeit kommt“, sagt Dr. Sabine Paul (www.palaeo-power.de), die nicht nur Menschen mit den verschiedensten gesundheitlichen Problemen berät, sondern auch Rezepte aus der Steinzeitküche anbietet. In ihrem Buch „PalãoPower. Das Wissen der Evolution nutzen für Ernährung, Gesundheit und Genuss“ erzählt sie aus ganz unterschiedlichen Perspektiven, warum und wie wir die Erkenntnisse der Evolution nutzen können für ein gesundes und ausgewogenes Leben.

Sabine Paul, die mir Rosel Grassmann (www.wildernessbodypainting.de) wärmstens ans Herz gelegt hat, wofür ich ihr sehr dankbar bin, ist promovierte Molekular- und Evolutionsbiologin mit den Themen Evolutionäre Medizin, Ernährung und Psychologie. Wir kennen uns erst seit dem letzten Kaminabend mit Jörg Wittenberg persönlich. Sie hat an diesem Abend in der Diskussion nicht nur mich, sondern viele der Teilnehmer neugierig auf sich und ihre Themen gemacht. Mit ihrer sehr warmen und offenen Persönlichkeit geht sie ihr Thema einerseits wissenschaftlich, aber im Wesentlichen sehr menschenbezogen an. Ich bin ganz sicher, dass es wieder ein äußerst spannender und dichter Abend wird, wenn Sabine Paul am

Freitag, der 11. Januar 2013 um 19.00 Uhr

über ihre Forschungsergebnisse, Erfahrungen und Erkenntnisse aus der Evolutionsbiologie erzählt und was das alles mit dem modernen Leben, ursprünglichem Genuss und dem Wecken aller Sinne, mit Stress-Resistenz und einer neuen Lebendigkeit zu tun hat. Auf dieser Zeitreise zu unseren natürlichen Wurzeln gibt es nicht nur Spannendes zu hören, es geht auch ganz praktisch zu.

Wir starten wieder mit dem sozialen Teil, der Kennenlernen und gemeinsames Essen umfasst. Der nicht weniger soziale inhaltliche Teil schließt sich an. Nette Gäste sind willkommen. Bitte melden Sie sich bis zum **04.01.2013** per Mail oder telefonisch an. Ihr Obolus in Höhe von 15,00 Euro geht dieses Mal an die Organisation „Cap Anamur“, die seit vielen Jahren Menschen in aller Welt unter z.T. unglücklichsten Umständen medizinische und ärztliche Hilfe leisten.

Ich wünsche Ihnen allen ein wunderschönes Weihnachtsfest, wie immer es ihren Vorstellungen entspricht, und kommen Sie gut und gesund in eine glückliches und friedliches 2013.

Und zum Jahresende noch einmal und **von Herzen J.W. von Goethe:**

*Man sollte alle Tage wenigstens ein kleines Lied hören,
ein gutes Gedicht lesen,
ein treffliches Gemälde sehen und,
wenn es möglich zu machen wäre, einige vernünftige Worte sprechen.*



*In diesem Sinne: Alles Gute für Sie und herzliche Grüße
Ihre
Brigitte Speidel-Frey*

speidel consulting

Rembrandtstr. 4
„Haus der Begegnungen“
63322 Rödermark

Telefon: +49 6074 - 81 48 48

Mobil: +49 170 - 228 09 02

E-Mail: brigitte@speidel-consulting.de

Internet: <http://www.speidel-consulting.de/>

PS.:

Sollten Sie künftig auf den Newsletter verzichten wollen, schicken Sie bitte formlos eine Mail mit Ihrer Bitte zurück. Danke.
