

Mach Dich Gesund: “Selbsteilung durch Qi Gong“ Mitmachlesung mit Petra Stolle in der Gemeindebibliothek Niederkrüchten

Das attraktive Veranstaltungsprogramm, ein Merkmal der Gemeindebibliothek Niederkrüchten entwickelt sich mehr und mehr zum Markenzeichen. Diesmal hatte das Team die Gesundheit der Menschen im Blick. Doch was kann eine Bibliothek zum Thema Gesundheit beitragen? Unter der Leitung von Uta Pieper hatten sie mit einer außergewöhnlichen Veranstaltung wieder eine zündende Idee: eine Mitmachlesung zum Thema Gesundheit.

So wartete die Gemeindebibliothek Niederkrüchten mit einer außergewöhnlichen Buchlesung mit der Autorin und Heilpraktikerin Petra Stolle zum Thema Gesundheit auf – einer Mitmachlesung aus ihrem Buch „Selbsteilung durch Qi Gong“. Eine Lesung, in der nicht nur Informationen aus dem Buch gehört werden sollten, sondern in der Petra Stolle die Zuhörer auch einlud, das Gehörte zu erleben. Die außergewöhnliche Lesung schien das Bedürfnis der Zeit zu treffen und der zur Verfügung stehende Raum der Gemeindebibliothek füllte sich schnell.



Das Publikum hörte. Das Publikum spürte. Das Erleben der im Buch beschriebenen Übungsfolgen machte Petra Stollers Lesung zu etwas ganz Besonderem. Was kann medizinisches Qi Gong für den Lebensalltag bedeuten? – Nach dem Spüren der Übungen hatten viele durchaus eine kleine Ahnung davon.



Schon kleine Qi-Gong-Übungen mit bewusster Atmung bedeuten Erholung pur: Ob Sie nun persönlich engagiert im Berufsleben stehen, Hausfrau und Mutter sind oder im Ruhestand leben. Jeder kann sich zwischendurch eine Auszeit nehmen und durch wirksame kleine Übungen spüren, wie die ernährenden, aufbauenden und regenerativen Kräfte im Körper zirkulieren.

Alle waren begeistert von den Informationen, den heilgymnastischen Übungen und ihrem Bezug zur Gesundheit und der einfachen praktischen Anwendbarkeit. Und viele wünschten sich zum Schluss der Veranstaltung, dass es eine solche noch mal gäbe. „Selbsteilung durch Qi Gong“ kann natürlich in der Gemeindebibliothek Niederkrüchten ausgeliehen werden. Und wer so richtig auf den Geschmack gekommen ist, kann es natürlich auch im Fachhandel kaufen. Lesen, lernen und spüren, was gesund macht- eine gewinnbringende Chance für ein gesundes Stück Zukunft!