

Was ist Ayurveda?

Ayurveda – (Sanskrit, das Wissen vom Leben) – ist eine traditionelle indische Heilkunst, die in ihrem Ursprungsland seit mehreren tausend Jahren erfolgreich praktiziert wird. Wie der Name schon sagt, ist es weit mehr als nur ein Medizinsystem, sondern vielmehr eine Lebensphilosophie und Lebensart.

Der Mensch wird im Ayurveda immer als Ganzes gesehen, als Einheit von Körper, Geist und Seele, verbunden mit seiner Umwelt, und als ein Teil des Kosmos. Ayurveda hat durch seine positive, lebensbejahende Art und die Orientierung an dem, was da ist, einen wunderbaren Platz in der Gesunderhaltung. Große Erfolge werden aber auch bei der Behandlung chronischer Erkrankungen erzielt, von der psychischen und/oder körperlichen Erschöpfung und daraus resultierenden Erkrankungen, bis zu Bluthochdruck und Stoffwechselstörungen.

Besonders auch bei frauenspezifischen Problemen und für Kinderwunschaare eröffnen sich durch Ayurveda neue Möglichkeiten.



Ayurveda in der Teurnia Apotheke mit Dr. med. Barbara Steyrer-Fauth

2.10.2014 bis 4.10.2014

Vortrag: „Grundlagen des Ayurveda“
2.10.2014, 19.30 Uhr

Workshop: „Die Frau im Ayurveda – Was bedeutet es (in der heutigen Zeit) eine Frau zu sein?“ 3.10.2014, 9.00 bis ca. 17.00 Uhr

Mentoring: Individuelle ayurvedische
Erstgespräche. 4.10.2014, ab 9.00 Uhr

Anmeldungen zu Workshop und Einzelgesprächen

Teurnia Apotheke
Mölltalstraße 37
A-9813 Möllbrücke
Tel.: 04769/2234
Fax: 04769/2234-18

Email: teurnia-apotheke@aon.at
Website: www.teurnia-apotheke.at

Weitere Informationen

Dr. med. Barbara Steyrer-Fauth
Maria-Treugasse 2/15
A-1080 Wien
Tel: 0660/7393953

Email: office@doktor-ayurveda.at
Website: www.doktor-ayurveda.at



Ayurveda

in der Teurnia Apotheke
Möllbrücke

mit Dr. med
Barbara Steyrer-Fauth

2.10.2014 bis 4.10.2014

Vortrag:

„Grundlagen des Ayurveda“

Der Vortrag gibt einen kurzen Überblick über Philosophie und Wertesystem des Ayurveda. Auch Tipps zu den Kernthemen Ernährung und Lebensstil werden geboten.

Termin: 2.10.2014, 19.30 Uhr

Kostenlos.

Workshop:

„Die Frau im Ayurveda – Was bedeutet es (in der heutigen Zeit) eine Frau zu sein?“

Was hat das Jahrtausende alte Wissen der Heilkunst und Lebensphilosophie des Ayurveda für uns Frauen zu bieten? Wie können wir es in der heutigen Zeit umsetzen? Wer sind wir? Wohin gehen wir? Wie erfahren wir uns selbst als weibliche Wesen, als wichtigen Gegenpol zum männlichen Prinzip?

Dies sind nur einige der Fragen, die im Workshop eingehend betrachtet werden sollen.

Der Inhalt:

1) *Arbeit mit weiblichen Glaubenssätzen*

Das Ermitteln und kritische Hinterfragen von (oft behindernden) Grundannahmen, den Glaubenssätzen, wird ein Thema dieses Workshops sein. Es wird herausgearbeitet, was weibliches Selbstbewusstsein und Selbstbestimmtheit bedeuten können und wie es frau gelingt, in Harmonie mit sich selbst und mit ihrer Umwelt zu leben.

2) *Praktische Anleitungen zum Thema: Tue Gutes – für Dich selbst!*

Wir werden uns auch mit Ernährung, Lebensstil und ayurvedischen Selbstmassagetechniken befassen. Welche speziellen Bedürfnisse hat frau in den verschiedenen Lebensabschnitten vom Kind, zur fruchtbaren Frau, bis zum Wechsel und dem Alter?

3) *Lassen wir es einfach fließen...*

Der Workshop ist in seiner Gestaltung sehr offen, weil immer dann, wenn Freiraum da ist, Großartiges passieren darf.

Termin: 3.10.2014, 9.00 bis ca. 17.00 Uhr

Kosten: 140 € (inkl. MwSt.)

Bitte achten Sie auf bequeme Kleidung, die ggf. etwas ölig werden darf.

Mentoring:

Individuelle ayurvedische Erstgespräche

Erhebung einer ausführlichen (ayurvedischen) Anamnese, mit Ermittlung von Glaubenssätzen, Lebensstil und Ernährung. Erstellung eines geeigneten Therapieplans.

Termin: 4.10.2014, ab 9.00 Uhr

Dauer pro Einzelgespräch: 1,5 Stunden

Kosten: 160€

Dr. med.

Barbara Steyrer-Fauth

„Es ist mir eine Freude und ein Anliegen, Menschen auf ihrem Weg zur Heilung und Gesundheit begleiten zu dürfen. Ich benutze dabei sämtliche Werkzeuge, die ich im Laufe meines Lebens kennengelernt habe. Dabei höre ich aber immer auf die Stimme meines Herzens, der ich gelernt habe zu vertrauen und zu folgen.“ BSF



Dr. Steyrer-Fauth leitet seit 2011 eine Ayurveda-Praxis im 8. Wiener Gemeindebezirk. Ihre Ayurveda-Ausbildung erhielt sie an der Rosenberg Akademie in Deutschland. Außerdem hat sie dort eine Spezialausbildung in Frauenheilkunde, Schwangeren- und Babymassage absolviert. Eine Vertiefung ihres Wissens erreichte sie durch Studien in Indien und durch persönliches Mentoring.

Barbara Steyrer-Fauth ist approbierte Allgemeinärztin. Sie studierte Medizin an der Universität Wien. Danach absolvierte sie eine Ausbildung zur Ärztin für Allgemeinmedizin und machte eine vierjährige Facharztausbildung in Physikalischer Medizin und Rehabilitation

Sie besitzt außerdem ein Diplom für Akupunktur, für professionelle Kommunikation sowie ein Diplom für Coaching und Facilitation, welches sie in den USA erwarb.