



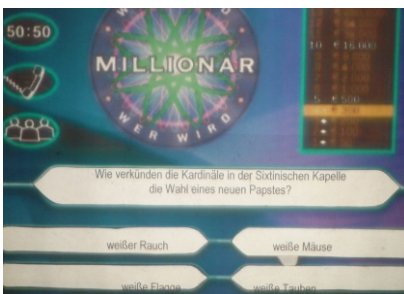
## Die Lebenshilfe meditiert!

Noch Ende des letzten Jahres ließ es sich die Affenbande bei einer **Stein-Mediation** gut gehen. Unter der Leitung von **Ellen Benson** konnte bei entspannter Atmosphäre jeder einen Stein an verschiedenen Stellen auf dem Körper wirken lassen (z. B. Brust, Bauch, Hals, Stirn, Hand u.a.) Ellen begleitete die meditierende Affenbande mit schönen Texten und einfachen Anleitungen. Sogar musikalisch zeigten sich die Teilnehmer. Sie klopfen rhythmisch mit den Steinen zu einer Melodie. Danach gab es noch einen leckeren Punsch und Spekulationen. (Foto: links)

Bei dem ersten Treffen zur **Klangschalen-Meditation** schickte **Karin Kanz** mit Hilfe ihrer Klangschale, ihrer Stimme und meditativer Hintergrundmusik die Teilnehmer der Lebenshilfe auf eine Reise zu den eigenen inneren Orten der Kraft, Seele und Phantasie. Dabei konnte jeder innehalten, betrachten und, so er möchte, sich innerlich fallen lassen oder einschlafen. Karin Kanz bietet noch 3 weitere Kurse an. Am 26.1. am 9.2. sowie am 23.2. (Foto: rechts)



Kaum hat es geschneit, drängt es die **Nilpferde** in's Freie. Mit allem was rutscht und fährt, erstürmten sie den Hang hinterm "Haus der Freude" der Lebenshilfe. Mit den Schlitten, mit dem megacoolen großen Traktor - Schlauch und - sehen wir das richtig, oder träumen wir? - **Sven Neher** radelt mit dem Fahrrad den Hang hinunter. Nicht zu fassen! Danach gab's im Clubhaus heißen Tee und Gebäck. (Foto: unten)



**Wer wird Millionär?** Welch eine super Aktion **Claudia Abt** mit dem **Ameisenclub** gemacht hat. 3 Gruppen haben gespielt, mit Publikumsfragen und Telefonjoker. Dani hat Michael Haid dafür

ausgewählt und er hat die obenstehende Millionenfrage gelöst. Welch ein Aufschrei und Jubel. Claudia hat als Günther Jauch die Sendung unglaublich spannend moderiert. Und dann kam **Jutta Gorczynski** mit klein **Lucia**, 3 Monate und 4 Tage alt. Der Ameisenclub war außer sich vor Freude, so wie halt die Mama auch. (Fotos: oben)

