



# LichtRaumPost

**Liebe Einwohner der Region Sempach - Neuenkirch - Nottwil**  
**Liebe Abonnenten des Newsletters, liebe Freundinnen und Freunde**

Die sechste LichtRaumPost liegt in deinen Händen. Wir freuen uns, dir unseren Verein, unsere Angebote und Anlässe vorzustellen. Vielleicht hast du diese Ausgabe schon an unserem Stand am Gesundheitstag in Nottwil erhalten. Wir blicken sehr zufrieden auf diesen Anlass zurück. Etwa 6-8 mal pro Jahr erscheint ein Newsletter, mit dem wir mitteilen, was bei uns läuft oder Rückblick halten auf vergangene Anlässe. Einmal bis zweimal im Jahr versenden wir den gedruckten Newsletter in die Briefkästen in der Umgebung. Falls du auch die Newsletter dazwischen erhalten möchtest, teile uns bitte einfach deine Kontaktdaten mit. [newsletter@lichtraum-lotus.ch](mailto:newsletter@lichtraum-lotus.ch)

**Was du denkst, bist du. Was du bist, strahlst du aus.**

**Was du ausstrahlst, ziehst du an.** Das Zitat wird Buddha zugeschrieben

## Eine schöne Idee

Was wir denken - auch von uns, das ziehen wir an. Mit einem leeren Glas - am besten eines aus dem Shuenga-Lädeli - wird das für dich noch einfacher. Oft wissen wir das ganz genau, aber im Alltag gehen diese Gedanken oft vergessen.

Stelle also ein leeres Glas auf und fülle es ab jetzt mit kleinen Zetteln. Auf diesen machst du Notizen über all die schönen Dinge, die dir das ganze Jahr passiert sind oder die du wahrgenommen hast. Und am nächsten Neujahrstag leerst du das Glas und siehst, was für ein unglaublich tolles Jahr du erleben durftest. Beobachte dein inneres Lächeln und erinnere dich, dass du anziehst, was du ausstrahlst.



**Verein LichtRaum Lotus**

Bahnhofstrasse 9

6203 Sempach Station

[www.lichtraum-lotus.ch](http://www.lichtraum-lotus.ch)

[newsletter@lichtraum-lotus.ch](mailto:newsletter@lichtraum-lotus.ch)

## Ausblick

Wir sind stolz, ganz viele tolle Anlässe für das nächste halbe Jahr planen zu dürfen. Bestimmt ist auch etwas für dich dabei. Wie wäre es, wieder mal zu tanzen? Beim Tanz kannst du ohne die Erwartung, gut aussehen zu müssen oder konkrete Tanzschritte beherrschen zu müssen dich spüren. Entdecke als Frau im Wochenendseminar deine Weiblichkeit neu oder erlebe eine Seelenklangreise. Spannende Vorträge von uns oder externen Referenten erwarten dich, genauso auch Impulsabende, Stammtische oder Kreative Workshops. Auch über ernstere, aber wichtige Themen wie die eigene Vorsorge im Todesfall wird es wertvolle Informationen geben. Rolf von der Abschiedsagentur nimmt Anmeldungen für die Informationsveranstaltung vom 5. Februar entgegen. (077 426 13 33, Rolf.brazerol@abschiedsagentur.ch)

Wir freuen uns über viele Anmeldungen der verschiedenen Anlässe und Besucher im Laden.

## Leben kehrt ein

Immer mehr Anlässe kommen auch von Menschen ausserhalb der Gründergruppe in den LichtRaum Lotus. So durften wir im letzten Jahr Workshops, private Treffen, Jodelgruppen, Netzwerktreffen,

### Öffnungszeiten Shuenga Laden & LichtRaum Lotus KafiTreff

Montag	10.00-18.00
Donnerstag	10.00-18.00
2. & 4. Samstag im Monat:	10.00-16.00

Massagekurse und vieles mehr durchführen. Beziehungsstammtische, Meditationen, Impulsabende und der Laden bringen Menschen in Begegnung. In einigen Räumen finden regelmässig therapeutische Behandlungen statt. Wir freuen uns, dass nach gut einem Jahr der LichtRaum zu einem Begegnungsort geworden ist. Unsere Vision beginnt wahr zu werden.

Vielleicht hast auch du eine tolle Idee, möchtest dich mit Freundinnen treffen oder einen Workshop veranstalten. Wir vermieten auch voll eingerichtete Therapieräume stunden- oder tagesweise. Unsere Räume sind sehr preiswert zu mieten. Mehr Infos und Bilder dazu findest du auf der Homepage.



Hast du Interesse deine kreativen Produkte an einem Koffernmarkt zu zeigen? Wir organisieren bei Interesse einen solchen und freuen uns auf Anmeldungen.

Wir freuen uns euch kennen zu lernen.

Ansprechpersonen des Vorstandes:  
Regula Myriel Brazerol  
Stéphanie Mareia Lambelet  
Rolf Shogun Brazerol  
Armin Noris Thalmann  
Beat Weingartner

### Regelmässige Kurse im Bewegungsraum Lotus mit Regula.

	Qi Gong	Qi Gong	Yoga	Faszien/Pilates
<b>Dienstag</b>	13.30-14.30	19.15-20.30		18.00-19.00
<b>Mittwoch</b>	06.30-07.30		08.00-09.15	
<b>Donnerstag</b>			18.00-19.15	07.30-08.30

Infos und Anmeldungen: 076 721 83 69 oder [regula@lichtraum-lotus.ch](mailto:regula@lichtraum-lotus.ch)

# Veranstaltungen und Kurse



Datum	Zeit	Thema	mit
Fr, 24. Jan 2025	19.15	Female Premal Power live	Yvonne Christen
Fr, 31. Jan 2025	19.30	Vortrag: The Super Patch	Romy & Andreas Gerber
Mi, 05. Feb 2025	19.00	Informationsabend Abschiedsagentur	Rolf
Do, 06. Feb 2025	19.30	Beziehungsstammtisch: Offener Raum für alle	Yvonne und Beat
Fr, 07. Feb 2025	19.30	Offene Männerrunde: Der Mann und die Erwartungshaltung	Beat
Mo, 10. Feb 2025	19.30	Vortrag: Das neue Welt- und Menschenbild	Johannes Bollhalder
Fr, 14. Feb 2025	19.00	Meditation	Regula
Sa, 15. Feb 2025	09:00	Valentinsgeschenk für Paare	Beat und Team
Sa, 15. Feb 2025	19.00	Freies Tanzen für MANN und FRAU	Regula und Yvonne
Do, 20. Feb 2025	19.52	Impulsabend 8vor8: Sich und dem Partner treu sein - geht das?	Beat
Fr, 21. Feb 2025	19.30	Vortrag: The Super Patch	Romy & Andreas Gerber
So, 23. Feb 2025	09.00	Kreativ sii met Stéphanie - Kreativworkshop	Stéphanie
Fr, 28. Feb 2025	19.15	Female Premal Power live	Yvonne Christen
Sa, 08. Mär 2025	19.00	Freies Tanzen für MANN und FRAU	Regula und Yvonne
So, 09. Mär 2025	09.30	Paarmassagekurs: Berührungen, die unter die Haut gehen	Beat und Team
Mo, 10. Mär 2025	19.30	Offene Männerrunde: Die Rolle des Mannes im Wandel der Zeit	Beat
Fr, 14. Mär 2025	19.00	Meditation	Regula
Fr, 14. Mär 2025	18.30	Vollmondwanderung	Armin
Fr, 21. Mär 2025	19.52	8vor8: Führen oder Folgen - ein Spannungsfeld für fast alle Paare	Beat
Mi, 26. Mär 2025	19.30	Vortrag: Doppel-8-Modell	Michael Spars
Fr, 28. Mär 2025	19.15	Female Premal Power live	Yvonne Christen
Do, 03. Apr 2025	19.30	Beziehungsstammtisch: Offener Raum für alle	Yvonne und Beat
Fr, 04. Apr 2025	18.00	Seminar: Erblühe in deiner Weiblichkeit (Teil 1)	Regula und Yvonne
Sa, 05. Apr 2025	09.00	Seminar: Erblühe in deiner Weiblichkeit (Teil 2)	Regula und Yvonne
Fr, 11. Apr 2025	19.00	Meditation	Regula
Sa, 12. Apr 2025	16.00	Best Friends Shopping	Stéphanie
Sa, 12. Apr 2025	19.00	Freies Tanzen für MANN und FRAU	Regula und Yvonne
Mi, 16. Apr 2025	19.30	Vortrag: Gesundheit mit Barfusschuhen	Regina Jenni
Do, 17. Apr 2025	19.30	Offene Männerrunde: Ich als Vater, ich als Sohn	Beat
Fr, 25. Apr 2025	19.15	Female Premal Power live	Yvonne Christen
Mi, 30. Apr 2025	19.30	Vortrag: The Super Patch	Romy & Andreas Gerber
Fr, 09. Mai 2025	19.52	8vor8: Eltern werden und ein Paar bleiben.	Beat
Fr, 16. Mai 2025	19.00	Meditation	Regula
Sa, 17. Mai 2025	19.00	Freies Tanzen für MANN und FRAU	Regula und Yvonne
So, 18. Mai 2025	10.00	Paarkurs: Die Liebe im Alltag neu entdecken	Beat
Di, 20. Mai 2025	19.30	Offene Männerrunde: Der Mensch als sexuelles Wesen	Beat
Fr, 23. Mai 2025	19.15	Female Premal Power live	Yvonne Christen
Do, 05. Jun 2025	19.30	Beziehungsstammtisch: Offener Raum für alle	Yvonne und Beat
Fr, 13. Jun 2025	19.00	Meditation	Regula
Fr, 13. Jun 2025	19.52	8vor8: Warum Männer und Frauen sich manchmal nicht verstehen	Beat
Sa, 21. Jun 2025	19.00	Freies Tanzen für MANN und FRAU	Regula und Yvonne
Fr, 27. Jun 2025	19.15	Female Premal Power live	Yvonne Christen

Aktuelle Infos, neue Veranstaltungen und Anmelde-möglichkeiten sind auf der Homepage oder in der nächsten LichtRaumPost zu finden.

[www.lichtraum-lotus.ch](http://www.lichtraum-lotus.ch)





*Ich erlaube mir,  
ich zu werden!*

Wann beginnst Du damit?

Anthego • Michael Spars  
Zellgut 11 • 6214 Schenkon  
praxis@anthego.ch • 079^351^37^64

**Elektro  
IMBACH**  
Georg Imbach AG

6206 Neuenkirch  
Tel. 041 469 44 00  
www.elektro-imbach.ch

**Darm gut -  
alles gut**

Unser Darm ist mehr als nur ein Ort der Verdauung. Möchten Sie wissen, was er mit ihren Beschwerden zu tun hat und welchen Einfluss die Darmbakterien auf Ihr Immunsystem und Ihre Psyche haben kann?

**Valentins-  
geschenk**

**Ein Tag für Paare, welche ihre Verbindung stärken wollen.**  
Wir befassen uns mit den wichtigsten Themen, welche das PAAR SEIN ausmachen. Der Tag ist gespickt mit Anregungen, kleinen Paarübungen und genügend Zeit und Raum für euch als Paar. Etwas Humor, Genuss und die Leichtigkeit des Lebens gehören dazu.

**Samstag, 15.2.2025 von 09.00 - 17.00 Uhr**  
Kosten Fr. 440.- pro Paar , maximal für 6 Paare.  
Im LichtRaum Lotus in Sempach Station.  
Mehr Infos [kontakt@bewe.ch](mailto:kontakt@bewe.ch)  
079 572 80 60

[www.bewe.ch](http://www.bewe.ch)

**ABSCHIEDS  
AGENTUR®**

Betreuung zu Hause  
Beratung bei der Vorsorge  
Begleitung im Todesfall

**IN DEN BEREICHEN**  
**ELEKTROKONTROLLE UND ENERGIEBERATUNG**  
**DER RICHTIGE ANSPRECHPARTNER**

Rüdel 4 6122 Menznau Winkelbüel 4 6043 Adligenswil  
041 494 02 02 | info@tech4.ch | www.tech4.ch



Elektrokontrollen | Energieberatung | Bildung