



Die Erlebnismesse TRÄUME FÜRS LEBEN

Erleben. Entdecken. Erfahren.

3. Oktober 2026 | 10 - 17 Uhr

Tivoligasse 73, 1120 Wien
Springer-Schlössl

IMPULSVORTRÄGE

Julius-Raab-Saal

10:30 Uhr	Worte wirken wirklich? Wenn Worte und Sätze das Körpergedächtnis aktivieren	Elisabeth Walter
10:50 Uhr	Stressfrei - Dein Weg aus der Stressfalle Wie entsteht Stress und wie schaffe ich den Weg raus aus der Stressfalle?	Alessandra Janda
11:10 Uhr	Gesund im Herbst mit TCM Ernährung Welche Nahrungsmittel jetzt besonders gut tun und warum	Jeanette Schaffer
11:30 Uhr	Die Geistige Welt erschafft die Materie Was uns 2026/2027 erwartet!	Monika Haeseler-Pastner
11:50 Uhr	Breathwork - Atemarbeit Eine Familie, ein Nervensystem	Regina Spering

kurze Pause

IMPULSVORTRÄGE

12:30 Uhr	Naturkraftrituale Lebensfeste im Herzen der Elemente	Astrid Fostel
12:50 Uhr	Nowevity - der Anfang von Longevity Was du jetzt schon mental für ein langes, vitales und erfüllendes Leben tun kannst	Bettina Blach
13:10 Uhr	Endlich wieder gut schlafen! Wie beeinflusst das Interieur in deinem Schlafzimmer deinen Schlaf?	Julia Schlechta
13:30 Uhr	Kleine Punkte, große Wirkung Wie die Reflexologie deine Selbstheilungskräfte aktiviert	Petra Kos
13:50 Uhr	Der Körper weiß den Weg Wie Stress, Ängste und körperliche Symptome zu wertvollen Botschaftern werden können	Doris Slach
kurze Pause		
14:30 Uhr	Die Kraft der Zahlen Die Botschaft deiner Zahlen und wie du alte Muster auflöst	Nadja Sonnenschein
14:50 Uhr	Stressfrei - Dein Weg aus der Stressfalle Wie entsteht Stress und wie schaffe ich den Weg raus aus der Stressfalle?	Alessandra Janda
15:10 Uhr	Was dir die Waage nicht verrät Gesundheit ist mehr als die Kilos auf der Waage - die wichtigsten Stellschrauben für den Stoffwechsel	Christine Pasterk
15:30 Uhr	Ganzheitliches Augentraining Wie du auf ganz natürliche Art deine Sehkraft stärken kannst	Andrea Urank
15:50 Uhr	Hormonelle Synergie mit ätherischen Ölen Natürliche Unterstützung für emotionale Balance & Wohlbefinden in hormonellen Veränderungsphasen	Claudia Krejci
16:10 Uhr	Resilienz und Natur Wie uns Resilienz im Alltag hilft und was wir aus/in der Natur darüber lernen können	Katharina Riedl
16:30 Uhr	Finanzielle Freiheit ist erreichbar Wie Sie Ihr Vermögen vor Inflation, Steuern und Wertverlust schützen	Karina Sendele

GRUPPENERLEBNISSE

Bei Schönwetter auf der Terrasse im Freien

10:30 Uhr	Qigong-Workshop Stärke dein körperliches, mentales und emotionales Immunsystem	Andrea Urank
11:00 Uhr	Bewegung im Fluss Bewegte Meditation als Weg zu deiner inneren Mitte	Katharina Paumann
11:40 Uhr	Kräuter im Garten Kräuterspaziergang im Garten	Franziska Polsterer
12:15 Uhr	Achtsamkeit und Körper Der Körper als direkter Weg zur Achtsamkeit	Ingrid Otepka
12:50 Uhr	Yoga und Atmen Kurze Sequenz zum Auftanken	Regina Spering
ab 13:30 Uhr	Feuerritual "Feuerkind rufen" Feuer machen wie unsere Ahnen per Handdrill mit Feuer-Pizza-Snack	Astrid & Christian Ehomai Fostel

GRUPPENERLEBNISSE

Ganztags am jeweiligen Stand

Agnes Boros	Mini-Kreativworkshop "Geschenkanhänger" Aus Treibholz, Papier & Perlen Geschenkanhänger gestalten
Sandra Gilles	Kreativ-Workshop "Schmuckstück aus Textil" Aus Textilresten eine Brosche oder ein Schmuckstück nähen
Susanne Korab	Portrait trifft Seele Portraitzeichnung auswählen, ausmalen & Botschaft schreiben
Unica Neuspiel	Mini-Selfcare-Workshop Kartenset "Me Time Momente" ausprobieren - ziehen, schreiben, reflektieren