

Haben Sie Probleme diese E-Mail korrekt zu sehen? Dann klicken Sie bitte [hier](#)

OMKARA - VERLAG

Bücher und mehr für den Quantensprung

Omkaara und Sananda-Net News 6. Jahrgang Nr. 09 13. Juli 2013

Liebe Freundin, lieber Freund

Heute reichen wenige Worte zu Beginn:

Du bist der Weg !

Und wir bieten eine kleine Auswahl an Proviant und Schutz für diese Tage, als Inspiration für Körper, Seele und Geist.

Denn. "Es geht nicht allein um den Planeten Erde - es geht um die Freiheit unserer Seele! Und wir tragen die Verantwortung. Solange wir das System unterstützen, laufen wir Gefahr von diesem beherrscht zu werden." Zitat Eva-Maria Ammon

In diesem Sinne mit inspirierenden Grüßen Ihr Omkaara Team

Du bist der Weg

~~~~~



**Authentisch sein: Das Ende des Polaritätsdenkens**

*Wir leben in einer polaren Welt. Als wir uns entschlossen diesen Planeten zu besiedeln, um das Sein-Erfahrungs-Spiel zu spielen, wussten wir, auf welches Experiment wir uns einließen.*

*Sogar das Ende des Spieles kristallisierte sich in kurzer Zeit heraus.*

*Jetzt naht das Ende unseres negativen Polaritätsdenkens. Du kannst dieser Wendezeit nicht entfliehen, denn der Minuspol wurde sehr lange, viel zu lange, bedient. Im tiefsten Innern bist du fest entschlossen, an der Beendigung dieses Spieles entscheidend mitzuwirken. Aus genau diesem Grund hast du dich in der Jetztzeit inkarniert, auch wenn du es vergessen haben solltest. Vielleicht hast du schon erfahren, dass du dich fremd fühlst, hier, wo deine jetzige Heimat ist. Diese Erde scheint nicht deine Heimat zu sein. Das Sein ist dir fremd und ungewohnt im Gegensatz zu der Heimat, an die du dich unbewusst zurück erinnerst. Immer ist diese ganz leise unstillbare, unbestimmte Sehnsucht in dir, die Sehnsucht endlich anzukommen. Zurück nach Hause. Doch woher kommt dieses leise Heimweh, die leise Traurigkeit in deinem Herzen?*

*Die Sehnsucht des kleinen E.T. ist in vielen Menschen verborgen. Dieser Film entsprach den Gefühlen des Menschen der Wendezeit. Sein trauriges "Nach Haus!" hat nur aus diesem Grund so viele Herzen berührt. Jeder von uns ruft innerlich "Nach Haus!". Dies tun Menschen so lange, bis sie bei sich selbst angekommen sind.*

*Wir beginnen wieder, uns zu erinnern. Deine Seele erinnert sich an andere, schönere Orte. Orte, an denen es weder gut noch böse gibt. Orte, an denen wir nichts als Liebe und Einheit erfahren. Orte, an denen wir wirklich zuhause sind. Orte, an denen wir endlich wieder Sein erfahren wollen, denn wir sind schon viel zu lange in dieser dunklen Welt der dritten Dimension ohne uns befreit zu haben. Wir sind hier inkarniert, um diesen Ort hier auf Erden neu erstehen zu lassen.*

*Du weißt tief in dir, dass alles, was du hier erlebst, nicht die Wirklichkeit ist und tief in deinem Inneren herrscht die Gewissheit, dass die Spiele, die du hier spielst, deiner unwürdig sind. Sie entsprechen nicht deinem ursprünglichen göttlichen Kern. Dieser göttliche Kern will zum Vorschein kommen. Er will sich hier, innerhalb der materiellen Umwelt, zu erkennen geben. Die Liebe will dem Planeten Erde zurückgegeben werden. Die Erde und alle Menschen auf ihr hungern*

nach Liebe, nach Gerechtigkeit und innerer wie äußerer Freiheit. Um dies zu erfüllen, sind so viele in dieser Zeit wieder hierher zurückgekommen. Wir haben uns entschieden, bei der Beendigung dieses unwürdigen und schmerzlichen Spieles unseren Beitrag zu leisten.

Vor Äonen von Jahren haben viele von uns ganz bewusst eingewilligt, in diesem entscheidenden Zeitalter dem aufgestiegenen Menschen den Weg zum Licht zurück zu weisen. Wir haben uns verpflichtet den Planeten und alle Lebewesen aus einer Lage zu erlösen, in die wir durch unser eigenes "Versagen" lange vor dem alten Atlantis und den Zeiten davor uns selbst hinein manövriert haben. Heute ist die Menschheit, zu der auch du und ich gehören, an dem Punkt angelangt, an dem wir ihr beistehen müssen den Rückweg anzutreten. Wir waren und sind bereit eine entscheidende Wende gemeinsam herbeizuführen. Wir haben uns so weit wie nur irgend möglich vom Licht, unserer Quelle entfernt.

Wenn die Menschheit auch nur einige Schritte weitergeht in Richtung Zerstörung und Dunkelheit, ist der Untergang des Menschengeschlechts, so wie wir es heute kennen, nicht mehr aufzuhalten. Etliche Kulturen vor der unseren haben es uns vorgemacht. Der Planet Erde ist an einem entscheidenden Wendepunkt. Die Erdschätze reichen nur noch für eine kurze Zeit. Die Wälder, die Lunge der Erde, werden stündlich weniger. Die Meere sind teilweise tot.

Wir können die oft vorausgesagten Katastrophen abwenden, wenn wir uns wieder auf unsere ursprünglichen Werte besinnen und endlich damit beginnen umzudenken. Wenn wir endlich wieder Mutter Erde als die Basis allen Lebens betrachten, uns selbst als ihre Kinder, dann kann vieles verändert werden. Den negativen Pol verlassen und wieder zu freien Gott-Menschen werden, dass ist das Ziel. Lange genug wurde die Minusseite der Polaritätswaage übergewichtet. Es ist an der Zeit, die Waage vor dem Umfallen zu bewahren, indem wir jetzt die Plusseite bedienen. Dies geschieht, wenn jeder einzelne beginnt die Verantwortung für sich selbst und für den Planeten Erde zu übernehmen. Der Pol-Sprung wird von Wissenschaftlern erwartet. Er wird stattfinden. Entweder in den Gedanken und Herzen der Menschen oder innerhalb der Materie der Erdachse. Es liegt in unserem Ermessen, wie wir lernen.

Auszug aus "Du bist der Weg" von Eva-Maria Ammon.

Mehr Proviant für den Geist unter [www.du-bist-der-weg.com](http://www.du-bist-der-weg.com)

oder [bestellen in unserem shop](#)



\*\*\*\*\*

## Superfood

~~~~~



Proviant für den Körper:

Es gibt unzählige tolle Lebensmittel. und meist beinhalten die einfachen Kräuter und Früchte erstaunlich mehr , als wir uns vorstellen. können

Geschmäcker sind verschieden und Vorlieben ebenso. Wir möchten nur eine winzige Auswahl ansprechen für den Proviantspeisezettel.....

Chlorella: Chlorella ist eine einzellige Mikroalge, sie zählt zu den wenigen essbaren Algengattungen und ist wohl schon seit Ewigkeiten bekannt. Ihre ungewöhnlich hohe Nährstoffdichte macht sie zu einem echten »Superfood«: Sie ist reich an Chlorophyll und liefert neben allen B-Vitaminen auch die Vitamine C und E sowie Beta-Carotin, Aminosäuren, Magnesium, Eisen, Spurenelemente und Kohlenhydrate.

<http://info.kopp-verlag.de/medizin-und-gesundheit/gesund-leben/willow-tohi/chlorella-was-sie-ueber-dieses-nahrhafte-superfood-wissen-sollten.html>

<http://www.zentrum-der-gesundheit.de/chlorella-algen-pi.html>

Traubenkernmehl: In Traubenkernen ist ein ungeheures Potential enthalten. Sie machen schön, schützen vor Allergien, hemmen Entzündungen und stärken das Immunsystem. Sie können sich sogar am Kampf gegen Viren beteiligen, krebsauslösende Substanzen entgiften und nebenbei das Leben verlängern.

<http://www.zentrum-der-gesundheit.de/opc-pi.html>

<http://www.philognosie.net/index.php/article/articleview/1171/>

<http://www.traubenkernmehl.com/>

Kokosöl: Für mich ist Kokosöl das Beste vom Besten. Bei meinen Nachforschungen habe ich mit Freunden festgestellt, dass es alle möglichen guten Eigenschaften besitzt: Es pflegt Haut und Haar, hilft beim Stressabbau, erhält gesunde Cholesterinwerte, stärkt das Immunsystem, sorgt für gute Verdauung und Stoffwechsel, wirkt lindernd bei Nierenproblemen und Herzkrankheiten, bei Bluthochdruck und Diabetes, bei HIV-Infektionen und Krebs, es ist von Nutzen in der Zahnheilkunde und erhält den starken Knochenbau.

<http://info.kopp-verlag.de/medizin-und-gesundheit/gesund-leben/hesh-goldstein/kokosel-das-beste-superfood-unserer-tage.html>

<http://info.kopp-verlag.de/medizin-und-gesundheit/gesund-leben/aurora-geib/kokosnussoel-wissenswertes-ueber-dieses-gesunde-geschenk-der-natur.html>

<http://staseve.wordpress.com/2013/06/19/alzheimer-mehr-kokos-fett-furs-hirn/>

<http://www.zentrum-der-gesundheit.de/kokosel-anwendung-ia.html#ixzz2IFz5leo6>

Natron – Backpulver: Backpulver kennt jeder. Nämlich als Backtriebmittel für Kuchen, Gebäck und manchmal auch für Brot. Dass Backpulver auch ein wertvolles Hilfsmittel im Haushalt oder sogar ein weitaus wirksameres Mittel sein kann, ist den wenigsten bekannt. Natürliches Backpulver wurde früher bei verschiedenen Gebrechen verordnet und seit einigen Jahren ist es erfolgreicher Bestandteil mancher alternativer Therapien.

Unser Klassiker lightbooster Natron lesen Sie auch <http://www.omkara-shop.de/pdf/natron.pdf>

Nutzen wir einfach unsere Möglichkeiten. es gibt oft Hilfe, Unterstützung aus der Vielfalt der Natur. wir dürfen nur unseren Weg finden.....

Das süße Leben

~~~~~



*Proviant für den Körper*

*Zucker war mal ein kostbares Gut, das eine Hausherrin im 18. Jahrhundert in einer verschließbaren Zuckerdose aufbewahrte. Als fester Zuckerhut verkauft, kam er nur sparsam zu Einsatz.*

*Erst mit der industriellen Entwicklung und der Entdeckung, dass sich nicht nur aus Zuckerrohr, sondern auch aus Rüben Zucker gewinnen lässt, wurde er ein günstiges Massenprodukt. Experten warnen schon länger: Wir futtern viel zu viel Zucker und werden davon krank, schreibt die Mopo*

*Und im Lebensmittelbereich ist Zucker bei der Geschmacksveränderung ein wesentlicher Bestandteil. Europas größter Zuckerproduzent Südzucker mit Sitz in Mannheim ist ein internationales Unternehmen und Europas führender Anbieter von Zuckerprodukten.*

*Im Rahmen der Kooperation, welche zu Teilen seitens des Bundesministeriums für Bildung und Forschung BMBF gefördert wird, optimiert BRAIN zusammen mit Südzucker ein biologisches Produktionsverfahren zur Herstellung von Palatinose™, dem ersten zahnfreundlichen Zucker mit ernährungsphysiologischen Vorteilen, der von der Südzucker-Tochter BENEÖ produziert und international vermarktet wird. So sollen sowohl der Energieverbrauch gesenkt als auch aufwändige Produktaufarbeitungsschritte eingespart werden. Im Zuge der ersten Kooperationsphase konnte mit einer signifikanten Prozess-Effizienzsteigerung.*

*Es wurde also bemerkt, dass Zucker nicht so förderlich ist und mit Fördermitteln des Staates eine patentierbares alternatives Produkt geschaffen, nachdem die Süßstoffe wie Aspartam nachweislich als recht gefährlich eingestuft wurden. Und es gibt natürliche nicht patentierbare Alternativen, die keine Staatsmittel bedürfen.*

*Ein Beispiel. Xylit*

*Xylitol wird seit Jahren nicht nur als Zuckerersatz, sondern auch erfolgreich zur Kariesprophylaxe verwendet. Xylitol ein natürlich vorkommender Stoff wie z.B. in Birken, Blumenkohl und Mais zu finden. In Finnland gibt es zahlreiche wirkungsvolle Studien zu diesem Zuckeraustauschstoff. Er schmeckt wie Zucker, hat eine höhere Süßkraft wie herkömmlicher Zucker und hat zudem fast keine Kalorien.*

*Einfach und genial, eben aus dem Garten von Mutter Natur. Besonders wertvoll ist die Kariesprophylaxe als Mundspülung oder Zahnpasta - die Alternative auch zum Thema Fluor, die Sie gut recherchiert in einem unseren frühen Newsletter finden.*

Wie aber wirkt nun Xylit?

Wenn etwas Süßes oder Kohlenhydratreiches (Brot, Nudeln, Gebäck,...) verzehrt wird, stürzen sich die sog. Kariesbakterien auf

das eintreffende „Futter“ und lassen es sich schmecken, sagt Katharina Peters. Sie produzieren dabei Säuren und Zahnbeläge, was dann langfristig zu Karies und Zahnfleischerkrankungen führt. Wenn direkt nach dem Essen mit Xylit gespült wird, schlägt man zwei Fliegen mit einer Klappe:

Erstens schmeckt das Xylit so süß, dass es den Heißhunger auf Süßes stillen kann. Nach der Mundspülung besteht kaum Verlangen mehr nach einem süßen Nachtisch. Wer sich Zucker und Süßigkeiten abgewöhnen möchte, kann das leicht auf diese Weise machen...

Den kompletten Artikel finden Sie in der Kentdepesche Nr 30 von 2008, das süße Wunder. [www.sabinehinzverlag.de](http://www.sabinehinzverlag.de)

Und <http://www.zentrum-der-gesundheit.de/xylitol-ia.html> schreibt dazu - ein kleiner Auszug:

Xylitol in der Küche

Grundsätzlich raten wir zu einem sehr moderaten Einsatz von Süßungsmitteln - ganz gleich, wie gesund sie zu sein scheinen mögen. Für den gelegentlich süßen Genuss oder auch auf dem Weg zu einer gesünderen Ernährung (für alle, die sich den Haushaltszucker abgewöhnen möchten) ist Xylitol eine interessante Alternative.

Xylitol kann als Zuckerersatz - zum Backen, Kochen, Süßen von Desserts etc. - verwendet werden. Allerdings kann Xylit ab einer Menge von 0,5 Gramm pro Kilogramm Körpergewicht abführend wirken. Schon bei kleineren Mengen können - je nach Empfindlichkeit bzw. nach individueller Xylit-Adaption des betreffenden Menschen - Blähungen auftreten. Bekannt ist jedoch (wie bereits erwähnt), dass sich der menschliche Organismus schrittweise an größere Xylitmengen (bis zu 200 Gramm pro Person und Tag) gewöhnen kann. Beginnen Sie also beispielsweise mit vorsichtig gesüßten Desserts oder Getränken und erhöhen Sie dann die Xylitmengen langsam. Wenn in einem Kuchenrezept z.B. 200 Gramm Xylit enthalten sind, dann fällt davon auf jedes Kuchenstück (bei 12 Stücken) etwa 17 Gramm Xylit. Mehr als ein Stück sollte davon anfangs nicht gegessen werden. Für Kinder können jedoch diese 17 Gramm schon deutlich zu viel sein und - je nach Körpergewicht der Kinder - zu Blähungen und/oder Durchfall führen.

Mengenmäßig wird Xylit genau wie Zucker verwendet. Man tauscht also den Zucker einfach gegen Xylit - jedoch (wie oben erwähnt) immer in jenem Maß, das man gut verträgt bzw. an das man gewöhnt ist. Bei Hefeteig muss allerdings etwas Zucker zusätzlich dazu gegeben werden (1 bis 2 TL), da die Hefe ja "Futter" braucht.

Achten Sie ferner darauf, dass sich kein Hund etwas von den mit Xylit gesüßten Speisen stibitzen kann, da - wie oben erwähnt - Xylit auf den Hunde-Organismus anders wirkt als auf den menschlichen Körper und Hunden schaden kann.

Wenn Sie die Alternative zum Zucker testen möchten hier unser Angebot:

## Unsere Sonderaktion Xylit



### Xylit, das süße Leben

Xylit Zuckerersatz, fein, streubar 1kg 9,95 €

aus gentechnikfreiem Mais

[bestellen in unserem shop](#)

Xylit ist ein Zuckeraustauschstoff mit vergleichbarer Süßkraft wie Haushaltszucker oder auch Saccharose

die Vorteile im Überblick:

schmeckt wie Zucker

pfl egt die Zähne und verringert das Kariesrisiko

enthält 40 % weniger Kalorien als Zucker

Leichte Kühlwirkung beim Auflösen.

Feinkörniges Pulver (max. Korngröße ist kleiner als die von Haushaltszucker)

Glutenfrei, natürlich gewonnen, aus Maispflanzenfasern von gentechnikfreiem Mais hergestellt

enthält auch keine Inhaltsstoffe gem. Alba-Liste

Xylit Zuckerersatz, fein, streubar 1kg 9,95 €

aus gentechnikfreiem Mais

[bestellen in unserem shop](#)

oder unser Premiumpaket Xylit und Natron im Doppelpack



**Xylit** Zuckerersatz, fein, streubar 1kg aus gentechnikfreiem Mais

plus 500g **lightbooster Natron** reines Natriumhydrogencarbonat energetisiert

Sonderpreis nur 13,50 € statt 15,90 €

[bestellen in unserem shop](#)

*guten Appetit und zeigen Sie die Zähne...*

\*\*\*\*\*

## **I save myself**



*Wir hatten dieses Zitat bereits in den vorletzten News gepostet und wir können es nur wiederholen.*

*Schaut euch nur euren Himmel an. Wann sahst du ihn zum letzten Mal in einem reinen, strahlenden Blau und vor allem, wie oft? Diese Nahrung, die ich aus dem lichtvollen Universum empfangen wird verwandelt in die Kraft der Erde, in die Schönheiten der Natur, in die Ernährung der Bäume, Pflanzen und alles, was auf der Erde wächst und gedeiht.*

*Doch die Schleier, die über der Bläue des Himmels liegen, schneiden die Erde und ihre Bewohner mehr und mehr ab von dem, was meine, deine Lebenskraft ist. Du hast es in deiner Hand diese Erkrankung zu heilen.*

*Wenn du dich tiefer gehend informieren möchtest, hier ist eine ausführliche Dokumentation:*

<http://www.youtube.com/watch?v=57hHLBoHcLY> Was in aller Welt, sprühen die da?

*Und die Frage bleibt. wie können wir uns schützen, was können wir tun ?*

*Wir können sehr viel tun um uns zu schützen. Dazu gehört auch bei akuten Sprüheinsätzen im Haus zu bleiben so gut es geht. Vielleicht gar eine Atemschutzmaske tragen....*

*Wie wir selbst, haben etliche Leserinnen und Leser cloudbuster gebaut oder gekauft und wertvolle Erfahrungen mit dieser Orgonenergie gesammelt als Schutz und Gegenwehr zu dieser Belastung.*

*Proviant für die Seele: Wir haben mit den Meisterinnen und Meistern ein neues Spray erschaffen. Dieses Auraspray schützt Körper, Seele und Geist, stärkt das innere Licht, bringt Frieden, Klarheit und Gelassenheit.*

### **NEU - Schützende Hände**

Raum- und Energiespray , 50 ml satinierte Zerstäuberflasche .

Schutzspray, zur Reinigung, Stärkung und Klärung der Aura in Verbindung mit den Meisterin/Meister.

*Die Rezepturen entstanden in sorgfältiger Absprache nach einem genau beschriebenen Rezept, und wir nutzten die Zeit der Reife. Besonders wichtig ist für uns, und auch für die Meisterinnen und Meister, die Sorgfalt in der Auswahl und dem Umgang mit den Zutaten. Selbstverständlich frei von*



Duftstoffen

Das Schutzspray ist jetzt gereift und im Shop zum

**Sonderpreis erhältlich. 50 ml Nur 9,95 Euro**

[bestellen in unserem shop](#)



Statt 25,85 Euro nur 19,95 Euro

Auraspray Schützende Hände incl. Natron 500g und Avalon Donut

NEU - Schützende Hände

Raum- und Energiespray , 50 ml satinierte Zerstäuberflasche .

Schutzspray, zur Reinigung, Stärkung und Klärung der Aura in Verbindung mit den Meisterin/Meister.

plus Lightbooster-Natron mit beigelegter Bergkristallspitze und einer kleinen Anzahl an Amethyst-Chips energetisiert in Schmuckdose mit Blume des Lebens

plus edle Donut Avalonkristallin (synth. ) Kreation der Omkara-Collection.

- der einmalige und exklusive Schutzstein - Donut ca. 45 mm Durchmesser ,energetisierter Cherryquarz..

**Sonderpreis Nur 19,95 Euro** [bestellen in unserem shop](#)



Statt 19,90 Euro nur 14,95 Euro

Auraspray Schützende Hände plus Avalon Donut

NEU - Schützende Hände

Raum- und Energiespray , 50 ml satinierte Zerstäuberflasche .

Schutzspray, zur Reinigung, Stärkung und Klärung der Aura in Verbindung mit den Meisterin/Meister

plus

edle Donut Avalonkristallin (synth. ) Kreation der Omkara-Collection.

- der einmalige und exklusive Schutzstein - Donut ca. 45 mm Durchmesser energetisierter Cherryquarz..

**Sonderpreis Nur 14,95 Euro** [bestellen in unserem shop](#)



Statt 19,90 Euro nur 14,95 Euro

**Auraspray Schützende Hände plus Räuchermischung Gaias Traum**

NEU - Schützende Hände

Raum- und Energiespray , 50 ml satinierte Zerstäuberflasche .

Schutzspray, zur Reinigung, Stärkung und Klärung der Aura in Verbindung mit den Meisterin/Meister

plus

20 g Räuchermischung Gaia's Traum. Heilung für Mutter Erde. Die Energie von Gaia mit allen Sinen erfahren.

Hülle dich ein in die wunderbaren Düfte unserer Freundinnen und Freunde im Licht. Sende eine Botschaft auf den Düften in den Himmel der Liebe und lass dich mit den Rauch in Dimensionen tragen, die jenseits allen intellektuellen Verdrehens sind.

**Sonderpreis Nur 14,95 Euro** [bestellen in unserem shop](#)

**Buch Du bist der Weg plus Avalon-Kristallin Donut**

Das Basiswerk von Eva-Maria Ammon Überarbeitete Neuauflage Mai 2008, um mehr als 100 Seiten erweitert



Die Sehnsucht nach dem Weg deiner Seele - Du bist der Weg. Dieses Buch ist nicht nur ein Aufruf zur Selbstverantwortung, Freude und Aufstieg. Es zeigt dir den Weg dorthin. Es bietet dir alle Hilfen, die du brauchst um dein Leben in Freiheit von deinen Begrenzungen zu erfahren.

plus der einmalige und exklusive Schutzstein - Donut ca. 45 mm Durchmesser, ein energetisierter Cherryquarz.

Die energetisierte Avalonkristallin ist etwas ganz Besonderes. Sie wurde unserer jetzigen Zeit geschenkt, damit wir eine Brücke nach Avalon erschaffen können und das Licht auf unserer Erde neu verankert wird. Noch ist sie eine Seltenheit. Sie verbindet dich mit der Ursubstanz deiner Seele und ganz tief mit dem Herzen von Gaia.

statt 27,99 Euro nur 19,99 Euro



[bestellen in unserem shop](#)

Viel Freude damit...

\*\*\*\*\*

**Zum Geleit**

~~~~~



"Gib die Hoffnung nicht auf,

Mitgefühl ist unser bestmöglicher Schutz, und wie die großen Meister der Vergangenheit immer schon wussten, ist es auch die größte Quelle der Heilung.

Sogyal Rinpoche

Wenn du dich austauschen möchtest, dann besuch uns gern auf Facebook.

<https://www.facebook.com/pages/Lady-Gaia-Freedom-on-Earth/191404337557773?ref=ts>

Wir wünschen von Herzen ein sonniges, freudiges Wochenende! ♥

Herzliche Grüße von Seele zu Seele

Eva-Maria & Thomas, Dominic-Björn und das Team um uns herum.

Diesen Newsletter können Sie [hier als pdf](#) abspeichern, ausdrucken oder weiterleiten.

Ältere Newsletter finden Sie in unserem [Newsarchiv](#) und weitere Informationen unter www.omkara.de

IMPRESSUM: V.i.S.d.P.: Thomas Ammon Hörstener Weg 6 25588 Mehlbek Tel.: 04892 940 4776 email: vertrieb@omkara-verlag.de
Alle Rechte vorbehalten. Abdruck - auch Auszugsweise - nur mit vorheriger Genehmigung.

P.S. Wir möchten Sie inspirieren und nicht belästigen. Falls Sie diesen Newsletter nicht weiter erhalten möchten, nutzen Sie einfach [diesen link](#) zum Abmelden oder alternativ <http://www.omkara-verlag.de/newsletter.htm>