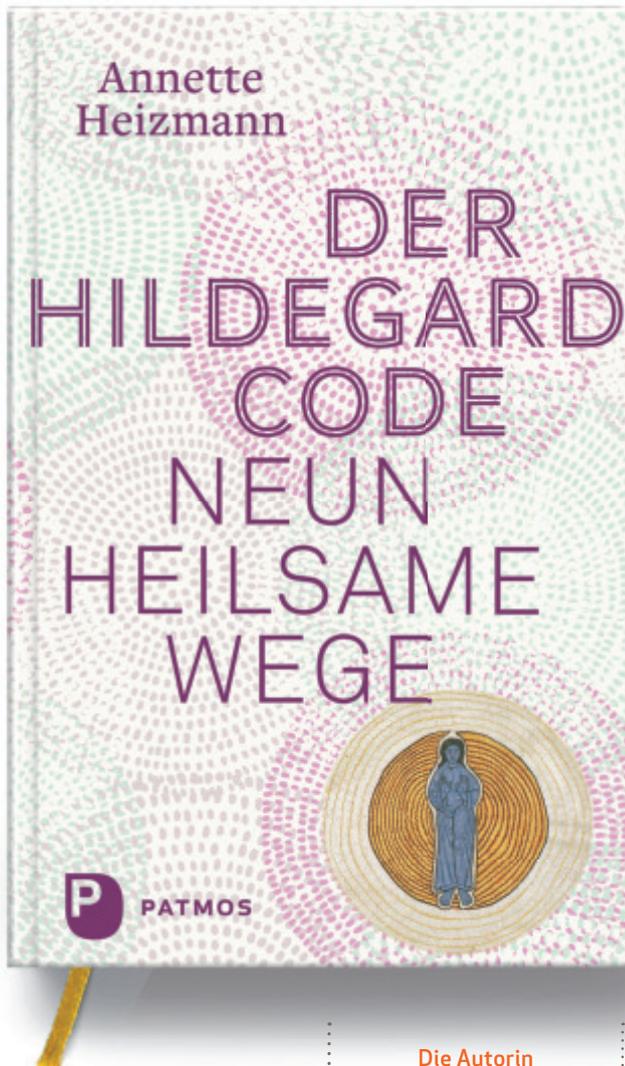


# Der Hildegard-Code für ein bewusstes Leben



Die Autorin  
steht für  
Veranstaltungen  
zur Verfügung

Körpererfahrung und gesunde Ernährung, Selbstannahme und Leben im Einklang mit der Natur: Wer heute nach einer ganzheitlichen Lebensweise fragt, findet jahrhundertlang bewährte und verblüffend aktuelle Antworten im Leben und in der Lehre von Hildegard von Bingen.

Aus einer tiefen Kenntnis der Originalschriften Hildegards und in zeitgenössischer Sprache erschließt Annette Heizmann die Lebensweisheit der Hildegard von Bingen für Menschen heute: neun Wege, die Leib, Seele und Geist erneuern und stärken.

Ein Inspirationsbuch zur persönlichen Lektüre und ein Arbeitsbuch für Gruppen, das die Autorin ihren Veranstaltungen zugrunde legt.

- **ganzheitlich leben aus bewährter Lebensweisheit**
- **für Hildegard-Einsteiger\*innen und Hildegard-Fans**
- **verständlich geschrieben, vierfarbig gestaltet**



*ANNETTE HEIZMANN ist Theologin und Religionspädagogin, Autorin und ausgebildete Therapeutin. Die Mutter von drei Kindern ist ausgewiesene Hildegard-Expertin mit zahlreichen Veranstaltungen. Sie lebt bei Tübingen. [www.annetteheizmann.de](http://www.annetteheizmann.de)*

FOTO: © BIRGIT SAILE-LEINS

Annette Heizmann  
**Der Hildegard-Code**  
Neun heilsame Wege

14 x 22 cm, ca. 192 Seiten  
vierfarbig gestaltet  
mit Abbildungen  
Hardcover mit Leseband  
**ca. € 24,- [D] / € 24,70 [A]**  
ISBN 978-3-8436-1209-8

WGS1 481 (Lebensführung)  
Erscheint im März 2020



9 783843 612098