

EINZIGARTIG VERKNÜPFTE INFORMATIONEN AUS ERSTER HAND

„369°GRAD-GESUND“

mit Dr. Markus Stöcher









KONZEPT
„GesundLeben.“



Dr. Markus Stöcher

Inhalt

- 03 Wir werden immer älter, aber nicht gesünder
- 05 Warum die Prävention ganzheitlicher & individueller werden muss
- 06 Das Konzept GesundLeben und seine Verküpfungen:
- 08  Informieren
- 09  Analysieren
- 10  Lernen
- 11  Anwenden
- 12  Umprogrammieren
- 13  Weitergeben
- 14 Stimmen aus der Praxis
- 15 Was bringt es dir?

Wir werden immer älter, aber nicht gesünder.

Je älter wir werden, desto mehr müssen wir uns mit gesundheitlichen Problemen auseinandersetzen.

In einer immer schneller werdenden Welt versuchen wir Menschen den Körper am Laufen zu halten. Und wenn er eine Schwäche zeigt, wird meist nur das aufgezeigte Symptom behandelt. Die ganzheitlichen Ursachen des Problems, werden kaum betrachtet.

Das ist die gängige Art unseres Tuns, die kaum etwas löst, sondern Probleme nur aufschiebt. Aber ist das ein effizienter Ansatz?

Gesundheitsvorsorge sollte mehr sein, als die Kontrolle von Normwerten im Blut und die Analyse möglicher organischer Schwachpunkte. Es sollte vielmehr ein Aufklärungsprozess sein, welche Lebensstilfaktoren was im Körper bewirken und wie man negative Belastungen vermeiden oder ausgleichen kann.

Verhaltensauffällige, Infektanfällige Kinder bzw. Übergewichtige, dauergestresste Erwachsene sind immer öfter die Regel.

Mein Konzept zeigt einen Ausweg!
Viel Spaß beim Anwenden.

Dr. Markus Stöcher



Individuell und ganzheitlich.

Dick ist nicht gleich dick, krank ist nicht gleich krank. Jeder hat etwas anderes, jeder braucht etwas anderes, auch wenn die Probleme oft sehr ähnlich sind. Diese Erkenntnis richtet sich gegen die Einheitsmedizin und öffnet die Tür zur personalisierten Medizin, wie sie von der Schulmedizin bereits in Spezialbereichen wie z. B. in der Onkologie praktiziert wird. In der allgemeinen Prävention, stehen wir da noch am Anfang, genauso wie im Verständnis des Zusammenspiels zwischen Psyche und Körper.

Unser „Gesundheitsalgorithmus“ zeigt die Zusammenhänge auf!

Hilfe zur Selbsthilfe!

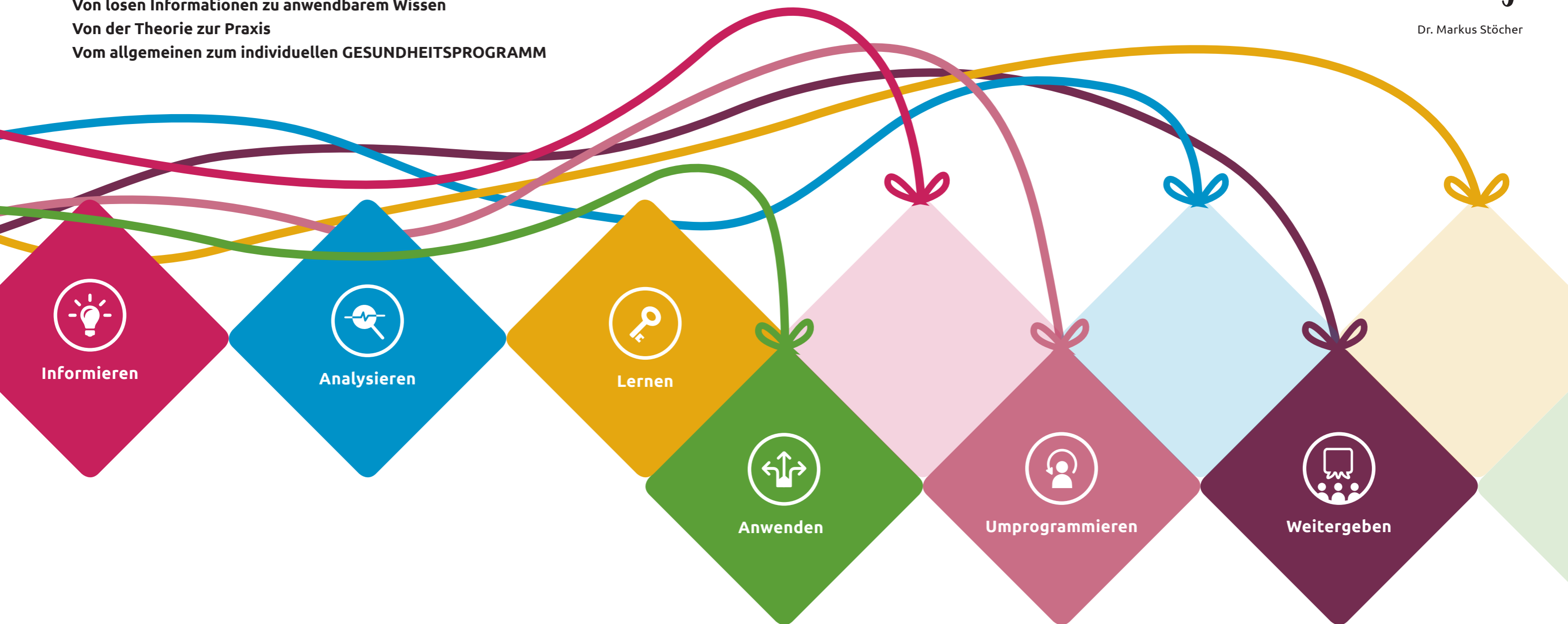
Wir wollen aktiv unsere Gesundheit bzw. Leistungsfähigkeit beeinflussen, aber es gibt kaum Konzepte, die das ganze Spektrum abdecken bzw. die Flut an Informationen für uns nutzbar machen. Effiziente Prävention lebt von der Analyse individueller Schwachpunkte und Belastungen, von Werkzeugen für die Selbsttherapie und von „Hilfspaketen“, die auf einen Menschen maßgeschneidert sind. Dies alles leistet das Konzept „369-Grad“ in 6 Verknüpfungs-Schritten.

Die Verknüpfungen.

Von losen Informationen zu anwendbarem Wissen
 Von der Theorie zur Praxis
 Vom allgemeinen zum individuellen GESUNDHEITSPROGRAMM

Die meisten Menschen wissen, was ein gesundes Leben ausmacht. Aber kaum einer nimmt sich Zeit für die Umsetzung.

Dr. Markus Stöcher



1

Wenn wir wissen, wie gesundheitliche Probleme entstehen, können wir selbstverantwortlich agieren. Diese müssen nicht unser Schicksal sein

2

Der Mensch ändert nur dann sein Leben, wenn es (sehr) schmerzt oder wenn seine Probleme (als Befund) Schwarz auf Weiß vor ihm liegen.

3

Zum „Umbau“ des Lebens braucht man wie jeder guter Handwerker, gute Werkzeuge, um wirklich effektiv arbeiten zu können.

4

Vom Theoretiker zum Praktiker in Sachen
 Vom Smoothiepulver über den Kräutereextrakt bis zum Essen in Gläsern.
 Wirkungsgarantie bei täglicher Anwendung!

5

Der größte Hemmschuh bei der Umstellung unserer Gewohnheiten sind unsere Vorstellungen und Einstellungen. Wir wollen nicht viel ändern aber maximalen Erfolg.

6

Ein Präventionsspezialist in jeder Familie und jeder Firma ist das Ziel. Große Veränderungen beginnen bei jedem einzelnen.



Eine neue Wissens-Basis für Gesundheit.

Es gibt eine immer größer werdende Diskrepanz zwischen Schulmedizin und Alternativmedizin. Das Konzept GesundLeben versucht eine neue Basis für Gesundheit zu schaffen, über:

- Vorträge zu allen Themen und Ebenen des Lebens
- Bücher zum Überblick wie z. B. „Inventur in der Prävention“
- Offline oder Online-Gesundheitscoaching

ZU FOLGENDEN THEMEN SIND VORTRÄGE SIND GRATIS ERHÄLTICH (AUDIO ODER VIDEO)

- **Lebensstil** – Übersäuerung, Verschlackung, Defizite
- **Selbstheilungskräfte** – Übergewicht, Alltagsgifte, Stress
- **Entzündungen** – Wasser, Salz, Histamin
- **Stoffwechsel im Zuckerwahn** – Diabetes bis Demenz
- **Viren & Co** – immun oder autoimmun
- **Elektrosmog** – Vermeidung unmöglich, Kontrolle möglich
- **Psychosomatik** – Prägung & Prävention
- **Schocks im Leben** – chronisch krank: ohne Grund
- **Energiemedizin** – der andere Blick

NEUE PRÄVENTION TRIFFT ALTE PRÄVENTION

...zur weiterführenden Information und für spezielle Fragestellungen besuchen Sie unser Informationsportal >> www.369-grad.com



Einblicke in das persönliche Energiefeld.

So wie die Quantenphysik das bisherige Physikverständnis auf den Kopf stellt, so wird die Energiemedizin das Gesundheitssystem grundlegend verändern. Es gibt mehr zu analysieren als Cholesterinwerte und Knoten in der Schilddrüse. Unser Leben ist im Innersten die Summe von Energieströmen, Magnetfeldern und Resonanzmustern. Krankheit ist ein Ungleichgewicht in diesem System.

Unsere energetische Präventionsstraße erzeugt Einblicke in das Energiefeld des Menschen – zu Schwächen und Belastungen auf der körperlichen, mentalen und emotionalen Ebene.

KÖRPERLICH

- Übersäuerung
- Verschlackung
- Umweltbelastungen
- organische Blockaden bzw. Schwächen

MENTAL

- Stressverhalten
- Energiehaushalt
- biologische Rhythmen (Schlaf, Zyklus)

EMOTIONAL

- Unterdrückte oder prägende Emotionen
- unterbewusste Affirmationen

Ein neuer Blick auf das Energiesystem Mensch ermöglicht durch Licht, Magnetfelder und Frequenzen. Die energetische Präventionsstraße unterwegs! www.team-drstoecher.at

Wer Gesundheits-Analysen auf seinem Computer machen möchte, hat dazu die Möglichkeit auf unserer Website www.dergesundheitsalgorithmus.com

Werde dein eigener Therapeut!

ES SIND IMMER DIE SELBEN WÜNSCHE AN DAS LEBEN:

- Den Kindern soll es immer gut gehen!
- Der Körper soll seine Vitalität & Schönheit so lange wie möglich behalten.
- Schmerzfrei und gesund bis zur Pension und darüber.

70 Prozent unserer Krankheiten sind ernährungsbedingt, daher sollte man in der Prävention dort ansetzen. Aber zum Thema Gesundheit gibt es viele widersprüchliche Aussagen im Netz, die man hinterfragen sollte.

DIE NÖTIGEN SCHRITTE DAZU KENNEN WIR AUCH:

- **Gesunde Ernährung**
...was das auch immer heisst!?
- **Tägliche Entgiftung & Immunstärkung**
...wie das auch immer geht!?
- **Tägliche Bewegung & Entspannung**
...wie das auch immer individuell umgesetzt wird!?

Informations-Videos zu allen Bereichen auf: www.gesundleben20.com

Der Zugang und die Zusammenhänge machen den Unterschied!

Besonders die Praxis eines gesunden Lebens, wie es der Bestsellerautor *Anthony William* beschreibt, ist einen Blick wert. Ein gesundes Leben ist ein Prozess, den wir durch unser „369-GRAD-Programm“ unterstützen wollen.

UNSERE PROGRAMME

- Programm 1: Gesundheitsprävention
- Programm 2: Kindergesundheit
- Programm 3: Gewichtsmanagement
- Programm 4: Leistungsfähigkeit im Sport & Job

Alle angeführten Programme beschäftigen sich mit den 5 Säulen der Gesundheit parallel. Das ergibt synergistische Effekte zwischen Körper, Geist & Energie.

- >> von der Ernährung bis zur Nahrungsergänzung
- >> von der Entgiftung bis zur Stoffwechsellanregung
- >> von der Entspannung bis zur Visualisierung der Zukunft

Das Körper, Geist & Energie-Programm

- alles rund um die Leber und das belastete Blut

Starte dein Abnehm-Programm

- alles rund um die Lymphe und ihre Anregung
- alles rund um die Leber und den Stoffwechsel

...zur weiterführenden Information und für spezielle Fragestellungen besuchen Sie unser Informationsportal >> www.369-grad.com



Umprogrammieren

Setze den Grundstein für Veränderung!

Das kann ich alles nicht! Das halte ich nicht lange durch! So lauten die häufigsten Ausreden, wenn es um eine Veränderung im Leben geht. Diesen Zweifeln kann man nur mit einer tiefgreifenden Aufklärung – wie wir Menschen funktionieren – begegnen. Ein Tapetenwechsel des Denkens und Wahrnehmens.

SEMINAR/WORKSHOP

Seminar LEBEN

„Die Zukunft selbst bestimmen“

- Was lenkt den Körper?
Fokus: Viren und Schwermetalle
- Was lenkt den Geist?
Fokus: Schocks und Prägungen
- Wie bekomme ich die Kontrolle?
Meditation und Visualisierung

Workshop LEBEN 4.0

„Das alte Leben hinter sich lassen“

- Arbeiten mit Affirmationen + energetische Psychologie
- Arbeiten mit Subliminals und Selbsthypnose
- Abtauchen in die virtuelle Realität

*Für Umsteiger von einem alten Denken zu einem neuen Denken.
Details unter www.369-grad.com*

Weitergeben



Ein Präventionsspezialist in jeder Familie, jeder Firma und jeder Organisation.

Wer bei sich Veränderung spürt und weiß, dass er/sie selbst dafür verantwortlich ist, wird weitermachen, seine Erfahrungen nach Außen tragen, mit anderen teilen und Mut zur Veränderung machen.

Das Institut für personalisierte Prävention von Dr. Stöcher und die Community - Hilfe zur Selbsthilfe – sind die Keimzellen für eine neue Art der Prävention voller Möglichkeiten.

Ausbildung zum Präventionsspezialisten

Theorie und Praxis eines gesunden Lebens werden im Lehrgang zu einem großen Ganzen vereinigt und alle Bereiche für die individuelle Weiterentwicklung nutzbar gemacht:

- Fernlehrgang mit Praxisteil
- individualisierte Informations- und Analyse-Plattform

...zur weiterführenden Information und für spezielle Fragestellungen besuchen Sie unser Informationsportal:

>> www.personalisierte-praevention.team-drstoecher.at

Alles zum Thema Gesundheits-Prävention!

Personalisierte Spezialangebote unterstützen auf dem Weg zu einem gesunden Leben und begleiten bei persönlichen Rückschlägen oder individuellen Problemstellungen.

Wir bauen ein Netzwerk von Spezialisten einer neuen Prävention und auch du kannst ein Teil davon werden.

...zur weiterführenden Information und für spezielle Fragestellungen besuchen Sie unser Informationsportal >> www.369-grad.com

Die Gesundheits-Analyse war ein Hammer.
So ganzheitlich hab ich mir das nicht vorgestellt.

EINIGE STIMMEN AUS DER PRAXIS

Seit dem ich 16 Stunden nichts esse, sondern nur die Smoothie trinke hab ich keine Kopfschmerzen mehr.

Seit ich zum Essen nichts mehr trinke, leide ich nicht mehr so oft unter Sodbrennen. Diese Anregung habe ich mir in einem Vortrag geholt.

Ich glaube **mein Körper nimmt nun dauerhaft ab** mit dem 369-Grad Programm.

Meine Schmerzen haben sich stark verbessert, seitdem ich täglich meine „Sphenologie-Übungen“ mache.

Ich habe aufgehört zu rauchen - nach 3 Wochen mit dem HMD-Smoothie!
Warum weiß ich nicht?

Ich mache im Winter zur Stärkung die 369°-Immunkur von **Dr. Stöcher** und die ganze Familie macht mit.– mit Erfolg.

Der personalisierte Newsletter ist wirklich einzigartig.

DAS KONZEPT UND SEINE PROJEKTE

WISSENSBASIS FÜR EINE GESUNDES LEBEN 369° GESUNDHEITSPRÄVENTION VORTRÄGE & BÜCHER

www.konzept-gesundleben.com

ENERGETISCHE PRÄVENTIONSSTRASSE

www.team-drstoecher.at

DAS LEBEN VERSTEHEN UND GESUND LEBEN LERNEN LEBENSSEMINAR 1-3

www.konzept-gesundleben.com

AUSBILDUNG FÜR THERAPEUTEN

www.suissmedical-services.com

KONZEPT GesundLeben

Prävention nach Dr. Markus Stöcher

AUSBILDUNG FÜR SELBSTANWENDER

www.konzept-gesundleben.com

NAHRUNGS ERGÄNZUNG NACH A. WILLIAM MIT MEHRWERT

www.suisana.at

DAS HILFE ZUR SELBSTHILFE-SYSTEM SEMINARE UND WORKSHOPS

www.gesundleben20.com

ANALYSEPLATTFORM FÜR ZUHAUSE

www.hilf-dir-selbst.com

Viele Zugänge für ein Ziel – deine Gesundheit.
Die Arbeit von Dr. Markus Stöcher aus allen Bereichen der
Gesundheitsprävention für dich jederzeit verfügbar und nutzbar unter:

www.369-grad.com



Unsere aktuellen Projekte:

Ernährung nach Anthony William (er)leben
www.gesundleben20.com

Die Gesundheit analysieren:

www.team-drstoecher.at
www.dergesundheitsalgorithmus.com



KONZEPT
„GesundLeben.“

Fragen zu unserer Arbeit unter: office@369-grad.com