

MENTALE – BEWUSSTE GANZHEITLICHE

Produkte

DIE PERFEKTE AUSWAHL FÜR
JEDES ALTER UND JEDES ZUHAUSE.

PRODUKTKATALOG

meine
LEBENSKUNST
dein persönliches Wachstum





PRODUKTÜBERSICHT

BILDERBÜCHER:

Ouly und die Regenbogendusche
Ouly und die Wutschmetterlinge
Ouly und die Gedankenwolke
Ouly und die Regenbogenbrücke
Ouly und die Kraft der Steine
Ouly und die Checkliste des Lebens
Ouly und der wahre Sinn von Weihnachten
Evo-Mitmach-Buch "Lösung durch Bewegung"

KARTENSETS:

Mentale Schatzkiste
Mentale Schatzkiste – Sport Edition
Mentale Schatzkiste – Kinder Edition
Mentale Schatzkiste – Mind Edition
Mentale Schatzkiste – Body Edition
Mentale Schatzkiste – Räucher Edition
Moment Mal – Achtsamkeitskarten
Ouly's Gedankenbotschaften



OULY UND DIE...

REGENBOGENDUSCHE



20,00€

DIE REGENBOGENDUSCHE WIRKT
UNTERSTÜTZEND BEI WIEDERKEHRENDEN
ÄNGSTEN, ENERGIELOSIGKEIT UND
UNSICHERHEIT.

“Nils ist traurig.

Es kommt ihm vor, als würden über seinem
Kopf dunkle Wolken schweben.

Er trifft die klare Entscheidung,
eine Lösung für sein Problem zu finden.

In seinem Traum begegnet ihm Ouly.

Sie nimmt ihn mit auf eine magische Reise...

....was dann passiert, ist Gedankenmagie!”

AUTORIN

Michelle Kager

ZIELGRUPPE

Kinder

ILLUSTRATORIN

Nina Strassegger-
Tipl | Lipura

PRODUKT

Bilderbuch

ISBN NUMMER

978-3-903414-17-4



OULY UND DIE...

WUTSCHMETTERLINGE



20,00€

DIE WUTSCHMETTERLINGE WIRKEN
UNTERSTÜTZEND BEI ANHALTENDEN
GEFÜHLSAUSBRÜCHEN, UNSICHERHEIT,
VERSTÄNDNISLOSIGKEIT UND
KOMMUNIKATIONSSCHWIERIGKEITEN.

“Mira ist wütend.

Dieses kraftvolle Gefühl drückt sie aus, indem
sie sich selbst und andere verletzt.

Sie trifft die klare Entscheidung,
eine Lösung für ihr Problem zu finden.

In ihrem Traum begegnet ihr Ouly.

Sie nimmt sie mit auf eine magische Reise...

...was dann passiert, ist Gedankenmagie!”

AUTORIN

Michelle Kager

ZIELGRUPPE

Kinder

ILLUSTRATORIN

Nina Strassegger-
Tipl | Lipura

PRODUKT

Bilderbuch

ISBN NUMMER

978-3-903414-18-1



OULY UND DIE...

GEDANKENWOLKE



20,00€

DIE GEDANKENWOLKE WIRKT
UNTERSTÜTZEND BEI GEDANKENCHAOS,
NEGATIVEN GEDANKEN (SORGEN, ÄNGSTE,
SCHIMPFWÖRTER...), ÜBERFORDERUNG
UND REIZÜBERFLUTUNG.

“Nora ist überfordert.
Zu viele Gedanken, Informationen und Fragen
überfluten ungefiltert ihren Kopf.
Sie trifft die klare Entscheidung,
eine Lösung für ihr Problem zu finden.
In ihrem Traum begegnet ihr Ouly.
Sie nimmt sie mit auf eine magische Reise...

...was dann passiert, ist Gedankenmagie!”

AUTORIN

Michelle Kager

ZIELGRUPPE

Kinder

ILLUSTRATORIN

Nina Strassegger-
Tipl | Lipura

PRODUKT

Bilderbuch

ISBN NUMMER

978-3-903414-25-9



OULY UND DIE...

REGENBOGENBRÜCKE



20,00€

Wenn das letzte Korn in der Sanduhr unseres Lebens fällt, verlassen wir diese Welt. Menschen, die von uns gehen, können durch verschiedene Möglichkeiten in Erinnerung bleiben. In diesem Buch wird Kindern eine Ressource vermittelt, durch die sie den Tod verstehen und damit umgehen können.

Ouly zeigt den Kindern die Regenbogenbrücke über die Seelen schweben, wenn sie die Erde verlassen. Sie erklärt ihnen, was sie tun können, wenn sie oder ihre Mitmenschen trauern und wie verstorbene Menschen in unserem Herzen erhalten bleiben können.

Dieses Bilderbuch hat die Aufgabe Kinder frühzeitig aufzuklären und ihnen Möglichkeiten zur Verarbeitung an die Hand zu geben. Es wird vorbeugend eingesetzt und ist auch Mittel, um Kinder akut zu stabilisieren.

AUTORIN

Michelle Kager

ZIELGRUPPE

Kinder

ILLUSTRATORIN

Inge Hauser | Meine Lebenskunst

PRODUKT

Bilderbuch

ISBN NUMMER

978-3-9505452-0-3



OULY UND DIE...

KRAFT DER STEINE



20,00€

Begleite Ouly auf ihrer Reise in die verschiedensten Länder. Sie sammelt kraftvolle Steine wie beispielsweise den Bergkristall, Rosenquarz und Amethyst, die auf den Charakter, das Verhalten und Sein der Menschen wirken.

Jeder Stein in Oulys Schatztasche hat eine besondere Kraft. Diese Kraft wird durch Oulys Reise zu den unterschiedlichsten Völkern sichtbar gemacht. Entdecke mit Ouly die wichtigsten kraftvollen Steine für Kinder und sei gespannt auf das Rätsel, welcher Stein zu welchem menschlichen Thema passt.

BIST DU SCHON NEUGIERIG?

AUTORIN

Michelle Kager

ZIELGRUPPE

Kinder

ILLUSTRATORIN

Barbara Gutmann

PRODUKT

Bilderbuch

ISBN NUMMER

978-3-9505452-3-4



OULY UND DIE...

CHECKLISTE FÜRS LEBEN



20,00€

Sophia fragt sich oft:

- Wo kommen wir eigentlich alle her?
- Warum gibt es unterschiedliche Menschen?
- Was bedeutet Schicksal?

Eines Tages stellt sie diese Fragen ihrer Familie. Jedes Familienmitglied hat eine andere Antwort darauf. Am Bach entdeckt Sophia Ouly®, die mentale Botschafterin. Ouly® zeigt Sophia, die Pinnwand des Lebens, wo wir uns Erfahrungen aussuchen, die wir auf der Erde erleben wollen. Gemeinsam erfahren sie in ihrem Abenteuer, was geschieht bevor wir in die Erde geboren werden.

Ouly® und die Checkliste fürs Leben erzählt eine liebevolle Geschichte zum „Seelenplan“ und der Inkarnation. Durch einen praktischen, spielerischen und leicht verständlichen Zugang beantwortet Ouly® die Fragen zum Leben und den Prozessen davor.

AUTORIN

Michelle Kager

ZIELGRUPPE

Kinder

ILLUSTRATORIN

Anna Preihs |
Kritzlerlei

PRODUKT

Bilderbuch

ISBN NUMMER

978-3-9505452-6-5



OULY UND DER...

WAHRE SINN VON WEIHNACHTEN



20,00€

**DAS KINDERBILDERBUCH MIT
WERTEBEWUSSTSEIN ZUM THEMA
WEIHNACHTEN**

Timo und Konstantin erleben ein ganz unterschiedliches Weihnachtsfest.

Fern ab von Materialismus und Konsumverhalten bringt Ouly die Familien zusammen und gemeinsam schaffen sie ein kleines Weihnachtswunder durch den wahren Sinn von Weihnachten.

Der wahre Sinn von Weihnachten ist, dass wir zusammen sind und miteinander Wärme, Dankbarkeit, Ruhe, Besinnlichkeit, Freude und Liebe erleben.

AUTORIN

Michelle Kager

ZIELGRUPPE

Kinder

ILLUSTRATORIN

Jessica Gauster |
Kritzlerei

PRODUKT

Bilderbuch

ISBN NUMMER

978-3-9505452-5-8



LÖSUNG DURCH BEWEGUNG

EVO-MITMACH-BUCH



20,00€

DAS FACHBUCH FÜR KINDER IST ANGELEHNT AN DAS MODELL DER EVOLUTIONSPÄDAGOGIK®!

Die Geschichte von den sieben Wahrnehmungsebenen eines Kindes, die zum Mitmachen und Bewegen anregt!

Jedes Kind durchläuft sieben Bewegungsphasen. Ist eine der sieben Wahrnehmungsebenen aus dem Gleichgewicht, zeigt sich das in Entwicklungsdefiziten, Lern-, Sprach- oder Verhaltensproblemen. Mit diesem Bilderbuch werden spielerische Ansätze für herausfordernde Lebenssituationen mit Kindern vermittelt. Durch einfache Bewegungsübungen wird das Gehirn vernetzt.

Es kann akut oder präventiv eingesetzt werden.

AUTORIN

Michelle Kager

ZIELGRUPPE

Kinder

ILLUSTRATORIN

Julia Geier

PRODUKT

Bilderbuch

ISBN NUMMER

978-3-200-09147-4



MENTALE SCHATZKISTE

FÜR ZUHAUSE



30,00€

DECKE DEINEN TÄGLICHEN BEDARF AN MENTAL- UND BEWUSSTSEINTRAINING IN 5 MINUTEN.

Aus verschiedenen Wissenstools und Methoden kombinierte Michelle Kager die schnellen, einfachen, wirkungsvollen und nachhaltigen Werkzeuge der mentalen Schatzkiste.

48 Methoden, verbildlicht in 4 Themenbereichen, stärken dich täglich, ganzheitlich, auf allen Ebenen und bieten Lösungen. Die Techniken optimieren unsere Gedanken, Gefühle, Handlungen und unser Körperbewusstsein.

Ziehe jeden Tag deine aktuelle, individuelle, ideale Technik und lebe in Freude, Liebe, Vertrauen, Leichtigkeit und Dankbarkeit.

AUTORIN

Michelle Kager

ZIELGRUPPE

Erwachsene

ILLUSTRATORIN

Meine Lebenskunst

PRODUKT

Kartenset

ISBN NUMMER

978-3-200-07626-6



MENTALE SCHATZKISTE

SPORT EDITION



30,00€

5 MINUTEN FÜR DEINE MOTIVATION UND LEISTUNGSSTEIGERUNG

Decke deinen Bedarf an mentalem Training und stärke dabei dein Vertrauen und Selbstbewusstsein. Hol dir deinen Motivationskick und führe deine Erfolge gezielt herbei. Aus verschiedenen Wissenstools und Sportcoachings, kombinierte Michelle Kager die schnellen, einfachen, wirkungsvollen und nachhaltigen Werkzeuge der "mentalen Schatzkiste Sport Edition".

40 Methoden für dein "body & mind Bewusstsein", die dir eine neue Ebene im Sport ermöglichen. Mit Techniken, wie dem Motivationscoach, dem Visualisieren und der Eigenakzeptanz, optimierst du deine Leistungsfähigkeit. Deine Gedanken richten sich automatisch positiv aus.

Der perfekte Begleiter für Hobby- und Profisportler. Ziehe täglich eine Karte und führe die Technik aus.

AUTORIN

Michelle Kager

ZIELGRUPPE

Erwachsene

ILLUSTRATORIN

Meine Lebenskunst

PRODUKT

Kartenset

ISBN NUMMER

978-3-200-08348-6



MENTALE SCHATZKISTE

BODY EDITION



30,00€

5 MINUTEN FÜR DEIN GESTÄRKTES KÖRPERSBEWUSSTSEIN

Das Kartenset mit 40 mentalen Techniken für dich und dein Team.

Decke deinen täglichen Bedarf an Körperbewusstseins-Training mit dem mentalen Body-Box. Aus verschiedenen Wissenstools, Methoden und Teamtrainings kombinierte Michelle Kager die schnellen, einfachen, wirkungsvollen und nachhaltigen Werkzeuge der Body-Box.

40 Methoden im Körperbereich, die dir und deinem Team ein gestärktes, kraftvolles Körperbewusstsein ermöglichen. Mit Atemtechniken, Meditationen und der Zellgesundheit richtet sich dein Körper automatisch positiv aus. Der perfekte Begleiter für deinen Arbeitsalltag. Ziehe täglich eine Karte und führe die Technik aus.

AUTORIN

Michelle Kager

ZIELGRUPPE

Erwachsene

ILLUSTRATORIN

Meine Lebenskunst

PRODUKT

Kartenset

ISBN NUMMER

978-3-903414-14-3



MENTALE SCHATZKISTE

MIND EDITION



30,00€

5 MINUTEN FÜR DEINE GESTÄRKTEN GEDANKEN

Das Kartenset mit 40 mentalen Techniken für dich und dein Team.

Decke deinen täglichen Bedarf an mentalem Training mit der Mind-Box. Aus verschiedenen Wissenstools, Methoden und Teamtrainings kombinierte Michelle Kager die schnellen, einfachen, wirkungsvollen und nachhaltigen Werkzeuge der Mind-Box.

40 Methoden im Gedankenbereich, die dir und deinem Team mentale Stärke ermöglichen. Mit Techniken wie dem Gedankenstopp, dem Visualisieren und den Happy Moments, richten sich deine Gedanken automatisch positiv aus.

Der perfekte Begleiter für deinen Arbeitsalltag. Ziehe täglich eine Karte und führe die Technik aus.

AUTORIN

Michelle Kager

ZIELGRUPPE

Erwachsene

ILLUSTRATORIN

Meine Lebenskunst

PRODUKT

Kartenset

ISBN NUMMER

978-3-903414-15-0



MENTALE SCHATZKISTE

KINDER EDITION



30,00€

5 MINUTEN FÜR DEINE GESTÄRKTEN GEDANKEN – DAS KARTENSET MIT 24 MENTALEN TECHNIKEN FÜR DEIN KIND UND DICH.

Decke deinen täglichen Bedarf an mentalem und bewusstseinbildendem Training mit der "mentalen Schatzkiste Kinder Edition".

Das Kartenset enthält 24 Übungen im Bereich Gedanken, Gefühle, innere Stärke und Körperbewusstsein, die dir und deinem Kind ein gestärktes Sein ermöglichen. Mit Techniken, wie der Regenbogendusche, dem Gedankenball oder den Wutschmetterlingen entwickeln Kinder Lösungsstrategien für Kopf- und Denkprobleme. Sie lernen Ängste und Unsicherheiten zu bewältigen sowie eine positive Lebensausrichtung. Der perfekte Wegweiser zum erfolgreichen, klaren und positiven Denken. Lass dein Kind eine Bildkarte ziehen und lies die Technik auf der Rückseite vor.

AUTORIN

Michelle Kager

ZIELGRUPPE

Kinder

ILLUSTRATORIN

Meine Lebenskunst

PRODUKT

Kartenset

ISBN NUMMER

978-3-903414-16-7



MEDITATIVE

RÄUCHERKARTEN



30,00€

RITUAL-BEGLEITUNG

Führe das 12 Tage Ritual mit den Themenkarten zum Wissen, Meditieren und Gedanken verinnerlichen in den Raunächten und weiteren rituellen Tagen durch. Mit den Wissensimpulsen werden die spezifischen Informationen zu Steinen, Ölen und Düften nähergebracht.

Auf den Meditationskarten sind die meditativen Ausrichtungen in Anlehnung an die schamanischen Archetypen beschrieben. Jede Mentalkarte enthält eine gedankliche, kollektive Anleitung, die wir uns zu den bestimmten Themenbereichen suggerieren können. Lege dir jeden Tag die farblich gekennzeichneten Karten auf und führe dein zwölfstägiges Ritual durch. Wiederhole dies in den starken Tagen des Jahreskreises. Die einzelnen Karten kannst du auch frei ziehen, um dir tägliche Inspirationen zu holen.

AUTORIN

Michelle Kager &
Manuela Rechberger

ZIELGRUPPE

Erwachsene

ILLUSTRATORIN

Inge Hauser | Meine
Lebenskunst

PRODUKT

Kartenset

ISBN NUMMER

978-3-9505452-1-0



ACHTSAMKEITSKARTEN

MOMENT MAL



30,00€

IMPULSE FÜR MEHR ACHTSAMKEIT, RUHE UND REFLEXION

Im hektischen Alltag ist es oft nicht einfach, Momente der Ruhe zu finden. Dieses Kartenset dient dir als Begleiter auf dem Weg hin zu mehr Achtsamkeit und Entspannung im Alltag. Ein Begleiter, der dich daran erinnert, dass du unglaublich wertvoll bist, auch ohne etwas zu leisten und dass du dir bewusst Ruhemomente erschaffen kannst, egal in welcher Lebenssituation du dich gerade befindest. Das Kartenset beinhaltet 15 Impuls-Karten mit motivierenden Herzensbotschaften, 15 Karten mit Achtsamkeitstechniken und 15 Karten mit Reflexionsübungen. Du kannst täglich eine Karte wählen oder aber nur eine Karte pro Woche ziehen und das, was auf der Karte steht, als Wochenaufgabe betrachten. Nimm dir mit diesem Kartenset Zeit für den wichtigsten Menschen in deinem Leben, nämlich DICH!

AUTORIN

Michelle Kager &
Barbara Szabo

ZIELGRUPPE

Erwachsene

ILLUSTRATORIN

Inge Hauser | Meine
Lebenskunst

PRODUKT

Kartenset

ISBN NUMMER

978-3-9505452-2-7



GEDANKENBOTSCHAFTEN

OULY'S KARTEN



30,00€

MOTIVATIONS- UND AKTIVIERUNGSKARTEN MIT DEN KRAFTVOLLSTEN KINDER- AFFIRMATIONEN

In diesem Kartenset sind die 46 wichtigsten Affirmationen und Glaubenssätze für Kinder enthalten. Sie werden den Kindern durch Mitmach-Inputs von Ouly®, der mentalen Botschafterin der Kinder, durch beispielsweise Körperübungen, Reflexionsfragen, Energieübungen und Selbstliebetchniken in einem Vorlese-Text bzw. als "Gedankenbotschaft" nähergebracht.

Zu jedem „starken Satz“ gibt es einen Impuls, der schnell, einfach und wirkungsvoll umgesetzt werden kann. Die kraftvollen Sätze wirken durch ansprechende Zeichnungen von Ouly® und sind leicht zu merken. Hast du Lust auf eine lebensbejahende Reise zu der Kraft der Gedanken?

AUTORIN

Michelle Kager

ZIELGRUPPE

Kinder

ILLUSTRATORIN

Inge Hauser | Meine Lebenskunst

PRODUKT

Kartenset

ISBN NUMMER

978-3-9505452-4-1