

Pensioniert, – und was nun?

Uwe Knudsen, September 2026

Für viele von uns gibt es die Möglichkeit das örtliche Umfeld gerade jetzt im „Ruhestand“ mit seinen Erfahrungen zu unterstützen.

Jugendmannschaften trainieren wäre im Grunde für mich als ehemaliger Sportlehrer eine gute Idee.

Aber mein Leben hat mir in den letzten 17 Jahren ganz andere Möglichkeiten eröffnet, die man im Ruhestand nun nicht so einfach ablegen kann:

Stell dir vor, du merkst, dass du dir selbst und auch anderen bei gesundheitlichen und psychischen Belastungen, sowie bei Störungen im Miteinander, helfen kannst. Du findest einen Weg, um regelrecht „aufzuräumen“, um energetische Störungen aufzuspüren und Personen, Räume und Beziehungsfelder von diesen belastenden Einflüssen zu befreien.

Wie soll man sich da nur verhalten?

Wie soll man damit umgehen?

Für unser Weltbild ist es kaum fassbar, doch die Quantenphysik eröffnet nun ganz „neue“ Türen:

Die Experimente der modernen Physik beweisen, was die Religion stets behauptet hat, was in alten Kulturen und Heilverfahren selbstverständlich war.
- Und auch mein persönliches Konzept der energetischen Aufräumhilfe lässt sich nun erklären.



Die Befreiungshilfe
Gesund werden und bleiben...

Wenn der Alltag und das Miteinander belastend ist,
... in der Familie, in Kita und Schule,
in der Ausbildung, bei der Arbeit, ...

www.die-befreiungshilfe.de

Uwe Knudsen | Grüner Weg 9b | 24994 Medelby | 04605 – 18 97 51

energetische Aufräumhilfe & systemisches Coaching

Und dabei können wir helfen:

Wenn energetische Störungen das Miteinander und die Gesundheit belasten, bei Schulproblemen, Lebens- und Beziehungskrisen, bei Angst- und Verhaltensstörungen, bei einer belastenden erweiterten Wahrnehmung u.v.m.

- A) Aufräumen für sich und die Familie,** (100–160 €)
und bei Belastungen aus dem pers. Umfeld
- B) Kurs: Hilfe zur Selbsthilfe** (40 €)
- C) Monatsbegleitung in schwierigen Phasen** (60 €)

**50 % Rabatt, – überall dort,
wo Kinder im Kirchspiel die Leidtragenden sind,
wo Kinder ihr Umfeld belasten.**

Ich werde also keine Mannschaften trainieren, sondern möchte Kindern im Kirchspiel helfen.

Kindern, die in ihrer persönlichen Entwicklung gestört werden, die in ihren Familien, in der Kita oder Schule besonders belastet sind, – die vor allem auch selbst das Miteinander in ihrem Umfeld erheblich belasten.

Ich möchte dazu eine persönliche Aktion starten:

Aktion: Kinder- und Familienhilfe im Kirchspiel Medelby

Zeitraum: 1 Jahr, vom 1. Oktober 2026 bis zum 30. September 2027

Kosten: 50% Rabatt auf unsere Hilfen
- für Kinder und Familien im Kirchspiel
- Wenn das Geld fehlt, werden evtl. noch weitere Spenden einbezogen

**Infos: pers. Kontakt: 04605 – 18 97 51
oder www.die-befreiungshilfe.de
→ Stöberecke, Artikel zur Aktion
→ Terminkalender: Vorträge zur Aktion**

Einstiegsvortrag zur Aktion: (Uwe Knudsen)

„Dem Glück die Tür öffnen!“

**– Wie Großeltern und Eltern sich selbst,
ihren Kindern und Enkelkindern helfen können.**

Wann: am 05.11.2026, 19.00 – 21.00 Uhr

Wo: Bildungscampus Medelby

Kosten: Der Eintritt ist frei.

Über eine Spende zur Aktion würden wir uns freuen

Anmeldung bis zum 02.11.2026 bei Susanne Richert:

srichert@kirchspiel-medelby.de

oder Tel. 0157 39348744

Ortskulturring im Kirchspiel Medelby e.V.

Kerngedanken:

- Die Familie ist die Basis unserer Gesellschaft**
und intakte Familien sind wie Kraftorte zur Entwicklung von Persönlichkeit, Lebensfreude und Gesundheit.
- Energetische Störungen belasten erheblich** und können das Miteinander aus dem Gleichgewicht bringen.
- Jede frühe Hilfe hat bedeutende Auswirkungen**
auf das Kind selbst und dessen Familie, und gleichzeitig bzw. später auf das Miteinander in Kita und Schule.

Diese einjährige Aktion ist ein bewusster persönlicher Versuch dem Miteinander vor Ort zu helfen.

**„Über eine rege Störung meines „Ruhestandes“
würde ich mich sehr freuen!“**