



Gedankenwerk

Hörbuchverlag



Das Hörbuch

Als unangenehm erleben Menschen mit Flugangst schon die Fahrt zum Flughafen und den Gang über das Rollfeld zur Maschine. Jeder, der Flugangst hat, schildert seine Empfindungen ein wenig anders. Manche fühlen sich nervös, unruhig, manche haben Kopfschmerzen, Probleme im Magen-, Darmbereich oder andere psychosomatische Symptome. Auch die Ursachen für diese quälenden Gefühle sind unterschiedlicher Natur. Manche können sich nicht vorstellen, wie so ein Metallvogel überhaupt fliegt, andere fühlen sich dem Piloten ausgeliefert, wieder andere haben Angst vor geschlossenen Räumen und Panik, das Flugzeug nicht jederzeit verlassen zu können. Sie sind mit Ihrer Angst vorm Fliegen nicht allein. Ein Drittel aller Deutschen hat Flugangst und ein Viertel aller Flugpassagiere.

Damit auch Sie den Traum von Freiheit leben können, möchten wir Sie unterstützen. Das Hörbuch erläutert zum einen, wie das Fliegen funktioniert, informiert Sie über Sicherheitsvorkehrungen und führt Sie durch einen vollständigen Flug. Unterstützt von einem Piloten für Verkehrsflugzeuge werden die auftretenden Geräusche und die Technik erklärt. Zum anderen erlernen Sie beim mentalen Training in der Situation des Fliegens Vertrauen zu finden und sich wohl zu fühlen. Die zwei Alternativen zum mentalen Training basieren auf bewährten Methoden der Tiefenentspannung, sind jedoch auf das Fliegen abgestimmt. Die Flugangst zu bewältigen, bedeutet größere innere Sicherheit und Freiheit zu gewinnen. Und dieses hinzugewonnene, neue Selbstbewusstsein wirkt sich auch auf andere Bereiche positiv aus.

Die Idee

Viele Situationen im modernen Leben machen Angst und sind schwierig zu bewältigen. Nicht immer hat man die Möglichkeit, sich zur Bewältigung schwieriger Lebenssituationen professionelle Hilfe zu suchen. Oft fehlt die Zeit oder die finanziellen Mittel, manchmal auch beides.

Das Anliegen von Gedankenwerk ist, alternative Lösungsmöglichkeiten zur Bewältigung schwieriger Situationen anzubieten. Mit den Hörbüchern können Sie Ihr persönliches Angstmanagement etablieren. Die Hörbücher sind unkompliziert anzuwenden. Sie sind in Ort und Zeit völlig

unabhängig. Den Inhalt können Sie mit einem CD-Abspielgerät oder einem MP3-Spieler anhören. Das mentale Training führen Sie so oft durch wie Sie es für notwendig halten.

Die Lösung

Die Hörbuchreihe von Gedankenwerk vermittelt fachliche Informationen zum jeweiligen Thema sowie das mentale Training. Die eigens hierfür entworfenen praktischen Übungen ermöglichen es, ohne Anstrengung einer Geschichte zu folgen, die das Unterbewusstsein anspricht und Sie in die Lage versetzt, negative Prägungen und Gefühle aufzulösen. Diese Geschichten sind eng mit der realen Situation verknüpft. Die Kraft der gesprochenen Worte und der Stimme aktiviert in optimaler Weise die Vorstellungskraft. So fällt der Transfer der neu gewonnenen, positiven Emotionen in den Alltag leicht. Sie werden dazu befähigt, sich selbst zu helfen, Ihre inneren Kräfte zu mobilisieren und die Situation zu meistern.

Das Hörbuch „entspannt fliegen“ kann ab November 2005 erworben werden, die unten genannten Themen befinden sich in der Entwicklung.

- Angst vorm Fliegen
- Angst vorm Zahnarzt
- Stress vor Prüfungen

Die Gedanken und dadurch ausgelösten Gefühle stehen im Mittelpunkt. Wir wissen alle, wie uns gute Gedanken in euphorische Stimmung versetzen und ebenso, wie negative Gedanken uns die Energie rauben. Den negativen Gedanken folgen häufig negative Gefühle und unsicheres Verhalten. Wenn man diesen Mechanismus erkennt, kann man ihn bei der Entstehung der Gefühle durchbrechen. Das Autorenteam von Gedankenwerk hat sich zum Ziel gesetzt, Sie zu unterstützen, Ihre Gedanken in positive Richtung zu entwickeln. Damit gewinnen Sie mehr Sicherheit, Freiheit und Gelassenheit.

Unsere Philosophie

Die Gründerin

Die Gründerin, Silvia Hoffmann, hat an der Ludwig-Maximilian-Universität in München Betriebswirtschaft studiert und 1994 das Studium mit dem Diplom abgeschlossen. Zehn Jahre lang war sie im Bereich Marketing tätig. Im Privatleben hat sie sich über siebzehn Jahre lang intensiv mit dem Thema Angstmanagement beschäftigt. Da Sie selbst weiß, wie belastend Ängste sein können, hat sie Möglichkeiten und Methoden gesammelt, diesen zu begegnen. Zusammen mit der Psychologin und Hypnotherapeutin Frau Dr. Kaiser-Rekkas ist die Idee entstanden, die gesammelten Erfahrungen und Erfolg versprechenden Methoden in Form von Hörbüchern weiterzugeben.

Know How „Psychologie“

Frau Dr. Agnes Kaiser-Rekkas, die Beraterin zur Konzeption des mentalen Trainings studierte an der FU Berlin Psychologie und bildete sich dann in systemischer Therapie und klinischer Hypnose aus. Sie promovierte an der LMU München zum Doktor der Humanbiologie. Sie arbeitet in München in eigener psychotherapeutischer Praxis und lehrt klinische Hypnose und Hypnotherapie auf Fortbildungsveranstaltungen in Deutschland, der Schweiz und Österreich. Sie ist Ausbilderin und Supervisorin der Deutschen Gesellschaft für Hypnose. Die Beraterin weiß aus Erfahrung, welche Herangehensweise die Angst lindert und stellt die psychologische Qualität des Inhalts sicher.

Berater „Fliegerisches Fachwissen“

Für die speziellen Themen der einzelnen Hörbücher werden professionelle Berater hinzugezogen. Für das Hörbuch „entspannt fliegen“ wurde ein Pilot für Verkehrsflugzeuge hinzugezogen. Der Berater zum fliegerischen Fachwissen ist, nach einer klassischen Pilotenausbildung, seit 1991 Führer von Verkehrsflugzeugen. Seine Erfahrung erstreckt sich über mehr als 9000 Flugstunden auf verschiedene Jet-Typen. Auf den Typen MD 80, Airbus 320, Boeing 737, 757 und 767 ist er sowohl als erster Offizier als auch als Kapitän geflogen. Er sorgte dafür, dass das auditive Flugerlebnis auf der CD der Realität entspricht. Das bezieht sich sowohl auf die Geräuschkulisse als auch auf andere Geschehnisse an Bord.

Angst erleben

Die Angst äußert sich in drei Dimensionen, welche als verschieden intensiv empfunden werden können. Zum einen ist es das körperliche Erleben, wie zum Beispiel Atemnot, Herzrasen oder Schwitzen. Zum anderen ist es der gedankliche und emotionale Anteil, der befürchtet, die Kontrolle zu verlieren und alle denkbaren Horrorszenarien durchspielt. Und schließlich gibt es den Anteil des Verhaltens, der am liebsten weglaufen möchte oder der gefürchteten Situation aus dem Weg geht.

Die Konfrontation

Meist erlangt man nur durch die Konfrontation mit den Ängsten und Problemen die gewünschte Freiheit. Vermeidungsstrategien führen zu weiteren Einschränkungen. Durch die Auseinandersetzung mit der Angst gewinnen Sie an Lebensfreude und neuer Lebensqualität. Der bisher durch die Angst eingeschränkte Horizont erweitert sich.

Angst kann sich auf vielerlei Weise äußern. Manche Menschen schlafen vorher schlecht oder malen sich Horrorszenarien aus, was alles passieren könnte. Die Angst macht sich durch Nervosität und Unruhe bemerkbar. Körperlich zeigt sie sich eventuell durch Kopfschmerzen, Probleme im Magen-, Darmbereich oder andere psychosomatische Symptome. Diese Gefühle und das Erleben dieser Situation sind veränderbar.

Ursachen der Angst

Die Ursachen der Angst können verschiedener Natur sein. Eine Realangst bezieht sich auf eine konkrete Situation, zum Beispiel das Flugzeug könnte abstürzen. Sie beinhaltet auch die Furcht, die Problemlösung nicht selbst beeinflussen zu können, sich ausgeliefert fühlen. Bei dieser Art der Angst helfen oft schon Informationen, die Bedrohung zu mildern. Diffuse Ängste haben meist andere, innere Ursachen. Sie sind möglicherweise durch einen Schicksalsschlag oder ein Trauma entstanden. Sie werden dann häufig durch ungewohnte Situationen ausgelöst. Unter phobischen Ängsten versteht man generalisierte Ängste, vor zum Beispiel Flugzeugen, Spinnen oder auch geschlossenen Räumen. Auch wenn die Ursachen unterschiedlich sind, ist die Herangehensweise ähnlich. Je nach Ursache und Bedarf kann der Schwerpunkt

der Behandlung auf der körperlichen, gedanklichen, emotionalen oder Ebene des Verhaltens gesetzt werden.

Strategien

Um der Angst zu begegnen, empfiehlt es sich, auf die verschiedenen Dimensionen der Angst einzugehen. Auf der gedanklichen und emotionalen Ebene helfen die Informationen und das mentale Training, welche wir Ihnen in den Hörbüchern anbieten. Das mentale Training wirkt zusätzlich auf die körperliche Ebene. Es hilft, den Körper zu beruhigen und zu entspannen. Ergänzend können die körperlichen Symptome durch Massagen an den verkrampften Muskeln oder sportliche Betätigung gelindert werden. Auf der Verhaltensebene ist es zu empfehlen, sich den Angst machenden Situationen zu stellen und sie nicht zu meiden. Durch Vermeidung entstehen oft weitere Ängste und die Lebensqualität leidet.

Vorteil

Mit den Hörbüchern werden Sie in die Lage versetzt, sich selber zu helfen. Sie können Ihre Angst lindern oder sogar ganz beseitigen. Sie besitzen die vollständige, organisatorische Freiheit, wann und wo Sie das Hörbuch zum Einsatz bringen. Der finanzielle und zeitliche Aufwand hält sich in Grenzen. Die Verwendung des Hörbuches ist völlig unkompliziert. Sie benötigen lediglich ein CD-Abspielgerät oder einen MP3 Player. Ob im Park, im Flugzeug, beim Zahnarzt oder zuhause, Sie können das Hörbuch überall hören. Den größten Erfolg erzielen Sie, wenn Sie das mentale Training häufig wiederholen. Das mentale Training, welches Ihrer Entspannung dient, sollten Sie nicht beim Autofahren oder bei einer anderen Tätigkeit hören, die Ihre volle Konzentration erfordert.

Selbsthilfe

Sie werden keine Therapie- oder Therapeutenabhängigkeit entwickeln. Sie übernehmen die volle Selbstverantwortung und wenn Sie erfolgreich sind, ist das allein Ihr Verdienst. Sie erhal-

ten in dem Hörbuch eine komplette Anleitung zur Verwendung und Wirkungsweise des mentalen Trainings. Je häufiger Sie das Training wiederholen, desto stärker wird das positive Erleben in Ihrem Unterbewusstsein gespeichert.

Mit dem mentalen Training können Sie Ihre Angst lindern oder ganz beseitigen. Die angebotene Methode setzt an der Stelle an, an der Gefühle entstehen. Mit Ihren eigenen Möglichkeiten erreichen Sie, ein neues Gefühlsmuster zu entwickeln, welches Sie in der kritischen Situation aktivieren. Lassen Sie das Unterbewusstsein für sich arbeiten und genießen Sie die positiven Veränderungen.

Die Methode

Setzen Sie sich nicht unter Druck und haben Sie Geduld mit sich. Es ist möglich, dass Sie schon beim ersten Hören des Trainings erstaunliche Erfolge erzielen. Um größere innere Sicherheit zu gewinnen, ist es jedoch sinnvoll, das mentale Training häufiger zu wiederholen. Alte Prägungen werden durch neue, positive Emotionen ersetzt. Nehmen Sie vom Leistungsdenken Abstand und gehen Sie spielerisch an das Üben heran. Ohne Anstrengung und das „bewusste Wollen“ erreichen Sie mehr. Kontrollieren Sie sich nicht, sondern lassen Sie dem Inhalt Zeit, zu wirken. Das Unterbewusste weiß, was Ihnen gut tut – oft besser als Ihr bewusstes Denken.

Der Erfolg

Wir wünschen Ihnen viel Erfolg und viel Freude an Ihren Fortschritten. Und vor allen Dingen einen guten Flug!

Inhaltsverzeichnis

- Titel 1 - entspannt Fliegen
- Titel 2 - Wenn man bedenkt...
- Titel 3 - Sicherheit
- Titel 4 - Warum fliegt ein Flugzeug überhaupt?
- Titel 5 - Der Flug, Geräusche und Technik
- Titel 6 - mentales Training
- Titel 7 - mentales Training, Der Mantel
- Titel 8 - mentales Training, Die Tür
- Titel 9 - Wirkung

Informationen

Das Hörbuch „entspannt fliegen“ bietet Ihnen im ersten Teil fachliche Informationen zum Fliegen. Die Frage nach der Sicherheit des Fliegens wird beantwortet. Geräusche sind auditiv erlebbar und werden so vertraut. Die Technik, die dahinter steht wird kurz und prägnant erklärt. Sie erleben einen kompletten Flug und schon dadurch werden sich einige Bedenken in Luft auflösen.

mentales Training

Im zweiten Teil wird Ihnen das mentale Training angeboten. Zwei Übungen stehen Ihnen hierbei zu Verfügung. Sie wählen einfach die aus, die Ihnen besser gefällt. Sie können natürlich auch beide durchführen. Sie wiederholen das mentale Training so häufig, wie Sie benötigen, um eine Verankerung der positiven Emotionen dauerhaft zu erreichen. Die negative Prägung ist auch durch häufiges Erleben entstanden. In der Situation selbst ist meist ebenfalls ein Einsatz des Hörbuches möglich. Sie können nach dem Start im Flugzeug den CD-Spieler zur Hand nehmen oder beim Zahnarzt erhalten Sie auf Wunsch sicherlich auch ein Abspielgerät. So wird der erlernte Entspannungszustand schnell wiederhergestellt.

Der Inhalt der Hörbücher wird von einer Psychologin begleitet, die aus jahrelanger Erfahrung weiß, was Angstpatienten hilft. Einer amerikanischen Studie zufolge haben 52% der Klienten nach einer 45 Minuten langen Hypnotherapiesitzung eine deutliche Reduktion ihrer Flugangst erreicht. So ist es sehr wahrscheinlich, dass Sie eine positive Wirkung erzielen. Durch die Kombination aus fliegerischem und psychologischem Fachwissen erhalten Sie hohe Qualität.

Das auditive Erleben hat den Vorteil, dass Ihre Vorstellungskraft durch die gesprochenen Worte stark aktiviert wird. Mittels der sprachlichen Bilder, die im mentalen Training verwendet werden, können Sie sich in die kritische Situation hineinversetzen. Mit positiven Bildern verändert sich das negative Erleben. Sie können die Situation in Zukunft angstfrei und mit Genuss erleben. Das Hörbuch hat praktischen Charakter, der wiederholtes Üben und an der Realität angelehntes Erleben ermöglicht.

Hören Sie sich angstfrei

Allgemeine Geschäftsbedingungen

Verkauf beweglicher Sachen im Wege des Fernabsatzes an Verbraucher

§ 1 Geltungsbereich – Vertragsgegenstand

Unsere AGB gelten für Lieferung von beweglichen Sachen nach Maßgabe des zwischen uns und dem Kunden geschlossenen Vertrages.

§ 2 Angebot – Vertragsschluss – Angebotsunterlagen

(1) Die Bestellung des Kunden stellt ein bindendes Angebot dar, das wir durch Zusendung einer Auftragsbestätigung oder durch Lieferung der Ware annehmen können. Vorher abgegebene Angebote durch uns sind freibleibend.

(2) Bestellt der Kunde die Ware auf elektronischem Weg, werden der Vertragstext sowie diese AGB in wiedergabefähiger Form gespeichert und auf Verlangen des Kunden per E-mail zugesandt.

§ 3 Preise und Zahlungsbedingungen

(1) Der angebotene Kaufpreis ist bindend. Hierin ist die gesetzliche Umsatzsteuer enthalten.

(2) Der Kaufpreis ist ohne jeden Abzug nach der Bestellung zur Zahlung fällig. Es gelten die gesetzlichen Regeln betreffend die Folgen des Zahlungsverzugs.

(3) Preisänderungen sind zulässig, wenn zwischen Vertragsabschluss und dem vereinbarten Liefertermin mehr als vier Monate liegen. Ändern sich danach bis zur Lieferung die Löhne oder die Materialkosten, so sind wir berechtigt, den Preis angemessen entsprechend den Kosten-

steigerungen oder den Kostensenkungen zu ändern. Der Kunde ist zum Rückzug nur berechtigt, wenn eine Preiserhöhung den Anstieg der allgemeinen Lebenshaltungskosten zwischen Bestellung und Auslieferung nicht nur unerheblich übersteigt.

(4) Aufrechnungsrechte stehen dem Kunden nur zu, wenn seine Gegenansprüche rechtskräftig festgestellt, unbestritten oder von uns anerkannt sind. Außerdem ist er zur Ausübung eines Zurückbehaltungsrechts insoweit befugt, als sein Gegenanspruch auf dem gleichen Vertragsverhältnis beruht.

§ 4 Leistungszeit

Sind von uns Lieferfristen angegeben und zur Grundlage für die Auftragserteilung gemacht worden, verlängern sich solche Fristen bei Streik und Fällen höherer Gewalt, und zwar für die Dauer der Verzögerung. Das Gleiche gilt, wenn der Kunde etwaige Mitwirkungspflichten nicht erfüllt.

§ 5 Widerrufsbelehrung

(1) Widerrufsrecht

Sie können Ihre Vertragserklärung innerhalb von zwei Wochen ohne Angabe von Gründen in Textform (z.B. Brief, E-Mail) oder durch Rücksendung dieser Sache widerrufen. Die Frist beginnt frühestens mit Erhalt dieser Belehrung. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs oder der Sache. Der Widerruf ist zu richten an:

Silvia Hoffmann
Schmuzerstrasse 12
81373 München
info@gedanken-werk.de

(2) Widerrufsfolgen

Im Falle eines wirksamen Widerrufs sind die beiderseits empfangenen Leistungen zurückzugewähren. Können Sie uns die empfangene Leistung ganz oder teilweise nicht oder nur in verschlechtertem Zustand zurückgewähren, müssen Sie uns insoweit ggf. Wertersatz leisten. Bei der Überlassung von Sachen gilt dies nicht, wenn die Verschlechterung der Sache ausschließlich auf deren Prüfung – wie sie Ihnen etwa im Ladengeschäft möglich gewesen wäre – zurückzuführen ist. Im Übrigen können Sie die Wertersatzpflicht vermeiden, indem Sie die Sache nicht wie Ihr Eigentum in Gebrauch nehmen und alles unterlassen, was deren Wert beeinträchtigt. Der Kaufpreis wird umgehend erstattet, sofern sich die Ware in ungebrauchtem Zustand befindet.

Bei Tonträgern wie CDs, Cassetten oder DVDs besteht ein ungebrauchter Zustand nicht mehr, wenn die Verpackung geöffnet oder eine Versiegelung geöffnet, beschädigt oder entfernt wurde. Wir bitten um Verständnis, dass wir geöffnete CDs nicht zurücknehmen können.

Paketversandfähige Sachen sind zurückzusenden. Sie haben die Kosten der Rücksendung zu tragen, wenn die gelieferte Ware der bestellten entspricht und wenn der Preis der zurückzusendenden Sache einen Betrag von 40 Euro nicht übersteigt oder wenn Sie bei einem höheren Preis der Sache zum Zeitpunkt des Widerrufs noch nicht die Gegenleistung oder eine vertraglich vereinbarte Teilzahlung erbracht haben. Anderenfalls ist die Rücksendung für Sie kostenfrei. Verpflichtungen zur Erstattung von Zahlungen müssen Sie innerhalb von 30 Tagen nach Absendung Ihrer Widerrufserklärung erfüllen.

(3) Besondere Hinweise

Ihr Widerrufsrecht erlischt vorzeitig, wenn Ihr Vertragspartner mit der Ausführung der Dienstleistung mit Ihrer ausdrücklichen Zustimmung vor Ende der Widerrufsfrist begonnen hat oder Sie diese selbst veranlasst haben (zum Beispiel durch Download etc.)

Ende der Widerrufsbelehrung

§ 6 Haftung für Mängel

(1) Wir haften bei Vorliegen eines Mangels nach den gesetzlichen Vorschriften, soweit sich aus dem Nachfolgenden keine Einschränkungen ergeben. Der Kunde hat offensichtliche Mängel uns gegenüber innerhalb von zwei Wochen nach Auftreten des Mangels schriftlich anzuzeigen. Erfolgt die Anzeige nicht innerhalb der vorgenannten Frist, erlöschen die Gewährleistungsrechte. Das gilt nicht, wenn wir den Mangel arglistig verschwiegen oder eine Garantie für die Beschaffenheit der Sache übernommen haben.

(2) Die Verjährungsfrist beträgt für Mängelansprüche bei der Lieferung neuer Sachen zwei Jahre, gerechnet ab Gefahrenübergang. Bei gebrauchten Sachen beträgt die Gewährleistungsfrist ein Jahr, gerechnet ab Gefahrenübergang. Dies gilt nicht, soweit es sich um Schadensersatzansprüche wegen Mängeln handelt. Für Schadensersatzansprüche wegen eines Mangels gilt § 7.

(3) Garantien im Rechtssinne erhält der Kunde durch uns nicht.

§ 7 Haftung für Schäden

(1) Unsere Haftung für vertragliche Pflichtverletzungen sowie aus Delikt ist auf Vorsatz und grobe Fahrlässigkeit beschränkt. Dies gilt nicht bei Verletzung von Leben, Körper und Gesundheit des Kunden, Ansprüchen wegen der Verletzung von Kardinalpflichten und Ersatz von Verzugsschäden (§ 286 BGB). Insoweit haften wir für jeden Grad des Verschuldens.

(2) Der vorgenannte Haftungsausschluss gilt ebenfalls für leicht fahrlässige Pflichtverletzungen unserer Erfüllungsgehilfen.

(3) Soweit eine Haftung für Schäden, die nicht auf der Verletzung von Leben, Körper oder Ge-

sundheit des Kunden beruhen, für leichte Fahrlässigkeit nicht ausgeschlossen ist, verjähren derartige Ansprüche innerhalb eines Jahres beginnend mit der Entstehung des Anspruches.

(4) Soweit die Schadensersatzhaftung uns gegenüber ausgeschlossen oder eingeschränkt ist, gilt dies auch im Hinblick auf die persönliche Schadensersatzhaftung unserer Angestellten, Arbeitnehmer, Mitarbeiter, Vertreter und Erfüllungsgehilfen.

§ 8 Eigentumsvorbehalt

(1) Wir behalten uns das Eigentum an einem Kaufgegenstand bis zur vollständigen Zahlung des Kaufpreises vor.

(2) Über Zwangsvollstreckungsmaßnahmen Dritter in die Vorbehaltsware hat uns der Kunde unverzüglich unter Übergabe der für eine Intervention notwendigen Unterlagen zu unterrichten; dies gilt auch für Beeinträchtigungen sonstiger Art. Unabhängig davon hat der Kunde bereits im Vorhinein die Dritten auf die an der Ware bestehenden Rechte hinzuweisen.

§ 9 Verjährung eigener Ansprüche

Unsere Ansprüche auf Zahlung verjähren abweichend von § 195 BGB in fünf Jahren. Bezüglich des Beginns der Verjährungsfrist gilt § 199 BGB.

§ 10 Form von Erklärungen

Rechtserhebliche Erklärungen und Anzeigen, die der Kunde gegenüber uns oder einem Dritten abzugeben hat, bedürfen der Schriftform.

§ 11 Erfüllungsort – Rechtswahl – Gerichtsstand

(1) Soweit sich aus dem Vertrag nichts anderes ergibt, ist Erfüllungsort und Zahlungsort unser Geschäftssitz.

(2) Hat der Kunde keinen allgemeinen Gerichtsstand in Deutschland oder in einem anderen EU-Mitgliedsstaat, ist ausschließlicher Gerichtsstand für sämtliche Streitigkeiten aus diesem Vertrag unser Geschäftssitz.

Gedankenwerk – Hörbuchverlag

Inhaberin: Silvia Hoffmann

81373 München
Schmuzerstrasse 12
Telefon: 089/713116

eMail: info@gedanken-werk.de
Web: www.gedanken-werk.de

Impressum

