



# Die Kaquheko® – Essenz

## Innere Kraftquellen als Basis von eigener Ermächtigung entdecken

Mit Nora Römer (DE)\*



**N**ach ihrer einführenden Abendveranstaltung von Anfang Juni zur Vorstellung von Kaquheko® als ganzheitlichem Modell für eine vielschichtige Gesundwerdung geht Nora Römer bei diesem Wochenendkurs mit den Teilnehmenden hin zur Essenz des Kaquheko®. Der Kontakt mit dem „authentischen Selbst“ oder dem „heilen“ Kern steht dabei im Mittelpunkt – sowohl theoretisch dargelegt als auch praktisch erfahrend.



**☞** Kaquheko® steht als Begriff für „Kraftquellen-Heilungskonzept“. Nach drei Jahrzehnten intensiver ganzheitlicher Begleitung von Menschen in Not und damit (aus ihrer Sicht) auf der Suche nach sich selbst, hat Nora Römer ihren eigenen therapeutischen Ansatz entwickelt. **Kaquheko® baut auf dem Axiom auf, dass es im Menschen eine Kraft gibt, die in der Lage ist, sich den Lebensherausforderungen, gleich welcher Art, zu stellen.** Diese Grundannahme geht zudem davon aus, dass sich diese oft versteckte innere Kraft automatisch

auf die Verbindung zum „heilen Kern“ – des Menschen bzw. zu seinem „authentischen Selbst“ ausrichtet. **Jede Person hat so ihren eigenen Weg zu einer individuellen Lösungsfindung innerhalb ihres Lebensfeldes.**

**☞** In seinem Kern folgt Kaquheko® konsequent den Prinzipien der Salutogenese. Die Erhöhung der Resilienz wie auch der körpereigenen Immunabwehr und Regenerationsfähigkeit werden dabei angestrebt. Eine selbstverantwortliche und selbstermächtigende Lebensgestaltung sind

### DATUM:

4. - 6. September 2026

### KURSZEIT:

10.00 – 13.00 und  
14.30 – 17.30 Uhr

**KOSTEN:** CHF 750.–

### ORT:

Zentrum für Innere Ökologie,  
Freischützgasse 1, 8004 Zürich  
(nahe beim Hauptbahnhof)

### SPRACHE:

Deutsch

### ZIELGRUPPE:

Menschen, die aus sich heraus neue Optionen finden wollen – für sich selber oder auch bewusst als Modell für die Begleitung von Menschen in Therapie, Medizin, sozialen Begegnungsräumen, im Bildungswesen oder in Freizeitaktivitäten.

### KURSBEDINGUNGEN:

Die schriftliche Anmeldung mit untenstehendem Talon ist verbindlich. Bei einem Rücktritt bis 21 Tage vor Kursbeginn werden Fr. 100.– an Bearbeitungsgebühren fällig. Bei Abmeldung weniger als 21 Tage vor Kursbeginn müssen die ganzen Kurskosten bezahlt werden. Dies gilt auch im Krankheitsfall. Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

**Innere Kraft und „heiliger Kern“ sind Eins.**

vom Menschenbild her das Ziel auf der Seins- wie auf der Handlungsebene. Das Wohl des Menschen in all seinen Zusammenhängen steht im Mittelpunkt.

☞ Die Kursleiterin schafft im Kakuheko® Rahmenbedingungen, die es den Teilnehmenden ermöglicht, sich ihrer persönlichkeitspezifischen Ressourcen bewusst zu werden, welche die Grundlage für Konfliktlösungen in unterschiedlichster Weise bilden. Die begleitende Person selbst gibt in diesem stark humanistisch fundierten Modell keine vorgefertigten Hinweise oder Anweisungen, sie folgt vielmehr dem ‚wissenden Feld‘ des nach Lösungen suchenden begleiteten Menschen. **Die Haltung der Unvoreingenommenheit, des echten Interesses, der wertfreien Zugewandtheit, der herzlichen Anteilnahme und des höchsten Respekts sind dabei elementar.** Alle Aspekte des Menschen (Körper, Geist und Seele) haben in diesem stark erfahrungsorientierten Ansatz Platz.

## Kakuheko® richtet sich uneingeschränkt auf die Selbstheilungskräfte des Menschen aus.

☞ Was immer sich aus diesem persönlichen Erforschungsprozess heraus als Ergebnis zeigt, muss grundsätzlich auf die Möglichkeit einer Integration in die momentane Lebenssituation der Betroffenen geprüft werden. Je nach Lebenssituation und Persönlichkeitsstruktur einer Person braucht das kleinere Schritte oder kann allenfalls auch direkt angegangen werden oder weist auf die Notwendigkeit einer radikalen Veränderung hin.

☞ Die Kursleiterin strebt mit ihrer achtsamen, wertschätzenden und auch konsequenten Art in diesen drei Tagen die persönliche Erfahrung der Kakuheko®-Essenz für alle Teilnehmenden an. Tief verankertes Wissen und damit verbundenes Potenzial sollen

## Inneres Wachstum, Entdeckungsfreude und Beziehungsfähigkeit anstreben.

berührt werden und neue, ganz eigene Antworten auf wichtige eigene Fragen sich entwickeln dürfen.

☞ Diese Einführungsveranstaltung ins Kakuheko® kann als unabhängige Weiterbildung besucht werden, in der die Essenz dieses spannenden Modells vermittelt wird. Wer sich hier wohl und am richtigen Ort fühlt, kann den Kurs für ein Aufbaumodul nutzen, welches sich nach den individuellen Interessen der Teilnehmenden richtet. Darüber hinaus gibt es das achteilige Kakuheko®-Training, das von Nora Römer im Norden Deutschlands angeboten wird – und bei genügend grossem Interesse ab 2027 auch bei uns im Zentrum für Innere Ökologie (ZIO) stattfinden soll.

*\* **Nora Römer**, Jahrgang 1961, ist verheiratet, lebt und arbeitet im norddeutschen Magelsen. Dort führt sie seit 1995 ihre eigene Praxis als psychotherapeutisch ausgerichtete Heilpraktikerin. Bereits mit 23 Jahren begann sie naturheilkundlich zu arbeiten. Seitdem gilt ihr grösstes Interesse der Frage: „Warum wird ein Mensch gesund?“ Auf der Grundlage des gesammelten und gelebten Wissens um die Kraft der Selbstheilung und aus der Liebe zu Menschen entwickelte sie das Kraft-Quellen-Heilungskonzept (Kakuheko®), mit dem sie Menschen individuell begleitet, in Gruppen ausbildet und über das sie schreibt. Weitere Informationen: [www.roemer-therapie.de](http://www.roemer-therapie.de)*

*Veröffentlichung: „Mein Sehnen kennt den Weg“ (erhältlich in unserem Online-Shop oder vor Ort in unserem Sekretariat)*

**Anmeldetalon:** Ich melde mich gemäss den vorne genannten Bedingungen an für den Wochenendkurs «DIE KAKUHEKO®-ESSENZ» mit Nora Römer vom 4. – 6. September 2026:

Name..... Vorname.....  
Strasse..... PLZ/Ort.....  
Beruf..... Telefon.....  
E-Mail..... Fax.....  
Ort/Datum..... Unterschrift.....

Anmeldung senden an: Zentrum für Innere Ökologie, Freischützgasse 1, 8004 Zürich  
Tel. 044 218 80 80 • [info@polarity.ch](mailto:info@polarity.ch) • [www.polarity.se](http://www.polarity.se)