



Kursreihe

Resilienz-Förderung

Das Leben verläuft nicht immer nach Plan und der Alltag bringt oft überraschende Ereignisse mit sich, welche mit den Vorstellungen wie das Leben SEIN sollte oftmals nicht übereinstimmen.

Der Versuch die Kontrolle über sich und das Leben zu erlangen scheitert oft schmerzlich und ist Ursache für viele psychosomatische Symptome, wie z.B Schlafstörungen, Schmerzen, Ängste, Burnout und Depressionen.

Inhalt:

An 3 Samstag Vormittagen haben Sie die Möglichkeit, zu erfahren, wie Sie Ihren individuellen Entwicklung-und Erhaltungsprozess von Gesundheit fördern und stärken können.

Über die Erfahrung zu sich selbst, wird der Zugang zu dem eigenen inneren Wissen gefördert, woraus sich Konzepte bilden, aus denen heraus der Körper mit einer gesunden Ausgleichs-und Heilbewegung reagieren kann.

Ziele:

Diese Kursreihe kann den Teilnehmenden helfen, auf einer tiefen Ebene, mit sich selbst wieder in Verbindung zu kommen, um zugleich auf energetischer Ebene eine tiefe Entspannung und Sammlung zu erfahren. Dies schafft die Voraussetzung, um mit mehr Selbstsicherheit und Abstand den Anforderungen des Alltags begegnen zu können.

Termine:

3 Samstage von 9:00 Uhr-13:00 Uhr

16.09.23 / 23.09.23 / 30.09.23

Anzahl:

4-6 Teilnehmende

Kosten: 249,00 €

Kursort:

Psychosomatische Praxis für Schmerztherapie
und Gesundheitsförderung Kathrin Merl,
Marie-Curie-Str. 4, 25451 Quickborn

Anmeldung: Website: www.praxis-merl.de
Telefon: 04106/9757287



Praxis für
Schmerztherapie
und
Gesundheitsförderung

Kathrin Merl

Heilpraktikerin für Psychotherapie
Staatlich anerkannte Physiotherapeutin

