

AKTUELLES Newsletter: Sie möchten über aktuelle Themen vorab informiert werden? Dann melden Sie sich gerne per E-Mail unter info@wendenaturpunkt.de zum Newsletter an.

Aktuelle Termine können online gebucht werden über meine online-Terminbuchung (sie finden diese auf meiner website)

Unerfüllter Kinderwunsch – Inneres Gleichgewicht und Gesundheit

Mini-Workshop: am: **Samstag den 13.07.24 von 13 – bis 16 Uhr (Kosten 29,- Euro, Voranmeldung erforderlich 01.07.24, Veranstaltungsort: Ellwangen – genauen Ort bitte erfragen)**

Workshop für Frauen mit unerfülltem Kinderwunsch, die sich mehr Ruhe und Gelassenheit wünschen und sich informieren möchten, was sie im naturheilkundlichen Sinne, selbst für die Erfüllung ihres Kinderwunsches tun können. Dieser Nachmittag soll Ihnen die Möglichkeit geben, sich in einer Gruppe mit Frauen, die alle das gleiche Anliegen haben, auszutauschen. Außerdem möchte ich Ihnen Möglichkeiten aufzeigen, was Sie selbst aktiv für Ihre Gesundheit und ihre innere Balance tun können um den Körper und die Seele optimal auf eine mögliche Schwangerschaft vorzubereiten. Wir werden auch ein paar Entspannungstechniken aktiv anwenden um die innere Ruhe zu fördern.

In Balance – Entspannungsworkshop –

Mini- workshop (Samstag den 12.10.24 von 13 Uhr bis 16 Uhr in Ellwangen genauen Ort bitte erfragen Kosten: 29,- Euro) Anmeldung bis spätestens: 20.09.24

In diesem Workshop möchte ich Ihnen Möglichkeiten für ein gesundes Verhalten im Alltag aufzeigen. Außerdem sprechen wir über individuelle Stressauslöser und Energieräuber. Was können Sie tun um in Balance zu bleiben. Es werden Ihnen auch unterschiedliche Entspannungstechniken gezeigt wie z.B. Meditation und Bodyscan. Es ist möglich einen stick zu erhalten mit den entsprechenden Entspannungstechniken – zur Anwendung zu Hause (zusätzliche Kosten 5,- Euro)

Sanft durch die Wechseljahre – mit naturheilkundlicher Begleitung

Vortrag (09.10.24 um 19 Uhr (Dauer ca. 1 Std.) – Unkostenbeitrag 8,- Euro –

Voranmeldung erforderlich) Anmeldung bis spätestens 05.10.24 – genauen Ort in Ellwangen, bitte erfragen Die “Wechselzeit“ kann das Leben und das Wohlfühl ziemlich durcheinander bringen. Die Symptome sind vielfältig: Hitzewallungen, Schlafstörungen, Stimmungsschwankungen, Wassereinlagerungen, mangelnde Libido, Reizbarkeit, Gewichtszunahme, Erschöpfung etc. Ich möchte Sie über die Phasen der Wechselzeit und die hormonelle Situation informieren. Warum ist es so wichtig die seelische Stabilität zu wahren, den Stress zu reduzieren? Auch Tipps, was Sie selbst tun können um entspannter durch diese Zeit kommen, möchte ich Ihnen mit auf den Weg geben. Im Anschluss an den Vortrag können Fragen gestellt werden und besteht die Möglichkeit zum Austausch.

Kurz-Auszeit für Mamis mit Säugling oder Kleinkind – Entspannungsnachmittag

Mini- workshop (Samstag den 22.06.2024 von 13 Uhr bis 16 Uhr Kosten: 29,-

Euro) Anmeldung bis spätestens 08.06.24 - genauen Ort bitte erfragen In diesem Mini-workshop geht es einmal einen Nachmittag nur um Sie als Frau – Sie und Ihr Wohlfühl stehen im Mittelpunkt - und einmal nicht um das Kind. Ich möchte Ihnen Tipps geben wie Sie die Hormone wieder ins Gleichgewicht bekommen und sich wohl zu fühlen – wichtig ist dabei natürlich auch, einfach mal zu entspannen. Daher machen auch ein paar Entspannungsübungen, die Sie dann natürlich auch zu Hause anwenden können wie z.B. Bodyscan oder Meditation.

Vorträge – Für Ihren Verein oder eine sonstige Veranstaltung?

Folgende Themen biete ich an:

- Hormone im Gleichgewicht – allgemeine Funktionsweise unseres Hormonsystems – Zusammenspiel der Bereiche Psyche, Hormonsystem, Immunsystem im Sinne der Psychoneuroimmunologie oder speziell Zyklusstörungen/Kinderwunsch/Wechseljahre •
-

- Therapeutische Hypnose – Anwendungsgebiete- möglicher Ablauf einer SitzungAusschlusskriterien etc.
- In Balance – gesund leben
Telefon: 07961 565513 oder info@wendenaturpunkt.de
YouTube: Meinen YouTube Kanal erreichen Sie unter folgendem Link:
<https://www.youtube.com/channel/UCeBh1mvUofuVBeJbArs5Xjw>