

Referenten:

Kerstin Kleber

- Heilpraktikerin für Psychotherapie
- Gesundheitsberaterin (ärztlich geprüft)
- Dozentin Vollwerternährung (VHS)

Kontakt: 0441 – 999 1228
info@praxis-kerstinkleber.de

Gabriele Schultze-Plehnert

- Personal Coach
(Euro-FH Hamburg, University of Applied Sciences)
- Psychologische Beraterin
- Heilpraktikerin

Kontakt: 0441 – 999 1229
info@gspcoaching.de

Eva Herre

- Diplom Pädagogin
- Referentin sexualisierte Gewalt
- Heilpraktikerin für Psychotherapie

Kontakt: 0171 - 2269551
Eva.herre@gmx.de



Veranstaltungsort und Anmeldung:

Praxis Kerstin Kleber
Am Wüschemeer 42
26133 Oldenburg

WECHSELJAHRE

www.praxis-kerstinkleber.de
info@praxis-kerstinkleber.de

Tagesseminar

In diesem Seminar geht es um

SIE!

Was ist jetzt alles möglich?

Die Jahre die sich wechseln – für viele Frauen eine Lebensphase im Empfinden von Einschränkungen, Beschwerden oder negativen körperlichen Veränderungen.
Doch – welche individuellen Chancen bieten sich mir?

Jetzt beginnt ein neuer Abschnitt meines Lebens, den ich mit Themen wie ...

Authentizität

So war ich, so bin ich und so bleibe ich

Sinnhaftigkeit

Verabschiedung und Begrüßung von Lebensinhalten

Körperliche Veränderung

Stoffwechselangepasste Ernährung

... neugierig kennenlernen kann.

Lassen Sie sich von Ihren Symptomen wie Hitzewallungen, Stimmungsschwankungen, uvm. auf einen anderen Pfad einladen.



Dieses Tagesseminar findet statt am:

Der aktuelle Termin ist auf meiner **Homepage** bekanntgegeben

Samstags,
10 bis 18 Uhr
(inkl. 1 Std. Mittagspause)

Kosten 98 € p. TN
(inkl. Getränke und Verpflegung)

Inhalte dieses Angebotes:

- Kurze Einführung in das Thema mit Möglichkeit zur Fragestellung
- Individuelle Beratung mit Erarbeitung eines persönlichen Konzeptes (wird zum Seminarende ausgehändigt)
- Arbeiten in der Gruppe (max. 7 TN)
 - Entspannungsübungen
 - Rhythmische Körperwahrnehmung

Verbindliche Anmeldung da begrenzte Plätze (max. 7 Teilnehmerinnen)

! Bei Überbelegung bitten wir um Geduld, eine Eintragung auf der Warteliste ist möglich.