

Ab Donnerstag 20- 21 Uhr (in Merzenich) ist es wieder soweit.

Achtsamkeitsraum-

Deine Auszeit um Kraft zu tanken und um zu dir zu kommen
Du kannst den Kontakt zu dir selbst finden, dich mit dir verbinden
und ganz viel wunderbares für dich tun.
Empathie, Selbstfürsorge und die Stärkung deines Selbst.
Lerne deiner inneren Stimme zu folgen.
Warum solltest du das tun fragst du dich?

Weil **DU**, ja **DU** der allerwichtigste Mensch in deinem Leben bist.

Einzigartig

Wertvoll

Wunderbar

Nur wer gut für sich selbst sorgt, kann auch gut für andere sorgen.

Alles wonach DU auf der Suche bist, ist bereits in DIR.

Im Achtsamkeitsraum erwarten dich unterschiedliche Achtsamkeitsübungen, Meditationen und Übungen aus dem Bereich der gewaltfreien Kommunikation und der Arbeit mit dem inneren Kind.

- Deine Wertschätzung: 10 Euro
- Donnerstags 20-21 Uhr
- Höchstens 7 Personen. Mindestteilnehmerzahl 3.

Nur mit Voranmeldung bis jeweils immer Donnerstags 12 Uhr
Unter 0171-2638270 oder erziehungsweise@gmx.de

Ort: Praxis für Logopädie-
Praxis für Psychotherapie & Hypnose Anke Hünwinckell

Wenn du generell Interesse an einem Kurs zum Thema Achtsamkeit, gewaltfreier Kommunikation oder der Arbeit mit dem inneren Kind hast, melde dich gern bei mir.

Alles Liebe,
Katrin
ErziehungsWeise Familienberatung

Ich freu mich auf dich.

