



## Das beste Mittel gegen Krisen & Krankheiten?

### Raus aus alten Mustern

Ein positives Selbstwertgefühl stellt einen zentralen Indikator der psychischen und körperlichen Gesundheit dar. Doch familiäre Dauerkrisen, fehlende Unterstützung oder häufige Kritik führen zu körperlichen Abwehr-Reflexen **und** schmerzlichen Gedanken und Gefühlen der Unwirksamkeit und Machtlosigkeit. Wenn Sie jetzt aber glauben, dass Ihre äußeren Lebensumstände Ursache für Ihren Stress sind, dann bleiben Sie in der massiven Last gefangen und fühlen sich zunehmend antriebslos, müde und irgendwie „krank“.

Stress gilt als **der** Risikofaktor für eine Vielzahl körperlicher und psychischer Belastungen, die schnell zu chronischen Erkrankungen ausarten können. Zugegeben, unser Körper ist ein Meisterwerk. Er kann Energie freisetzen, Adrenalin produzieren, Glückshormone ausschütten und vieles mehr. **Nur eins kann er nicht: Schmerzliche Gedanken und Gefühle lösen!**

Festhängende Gedanken an Ausgrenzung und die daraus resultierenden Lebensnöte lassen sich nicht immer allein von Ärzten oder Psychologen bewältigen. Jeder Einzelne ist gefragt, seine Lebens- und Sozialkompetenz weiterzuentwickeln und aktiv etwas für seine Gesundheit zu tun. Die systemische Beratung ist dabei besonders flexibel und kommt meist mit einzelnen oder ganz wenigen Sitzungen aus. Vielfach reichen bereits kleine Impulse, um festhängende Gedanken und Gefühle zu erlösen.

### Die vielfältigen **Möglichkeiten** einer systemischen Beratung

Die systemische Beratung kann als Einzel-, Paar- oder Familientherapie durchgeführt werden und unterstützt Sie, Ihre Gesundheitskompetenz zu fördern und Beziehungen zu stärken.

### Systemische **Einzelberatung** & **Intensiv-Gesundheitsberatung**

*Systemische Einzelberatung* für allgemeine Lebensnöte, wie Blockaden, berufliche wie finanzielle Misserfolge, einengende Verhaltens- und Lebensmuster und vieles mehr: 550 € ca. 3 Stunden.

*Systemische Intensiv-Gesundheitsberatung* für chronische Erkrankungen, wie Allergien, Migräne, ADHS, Panik, MS, Tumor, Angststörungen, und vieles mehr: 650 € ca. 4 Stunden

#### **Termine in Nord- und Süddeutschland**

### Systemische **Telefon- oder Videosprechstunde**

Eine gute Möglichkeit, mit wenig Zeit und finanziellen Aufwand, professionelle Hilfe zu bekommen.

**Nach Vereinbarung** | Grundgebühr 120 € inklusive 1 Stunde Beratung, jede weitere Minute 2 €

## Mentales Gesundheitstraining **Compact & Intensiv**

Gefühle annehmen • Ängste bewältigen • Motivation steigern • Gesundheit fördern  
Psychische und körperliche Belastungen kommen nicht über Nacht. Doch oft bemerken wir Veränderungen erst, wenn der Alltag immer schwerer zu bewältigen wird. **Schau nicht weg!**  
Eine Entdeckungsreise für Jung und Alt, die ihren Gefühlen und Gedanken Aufmerksamkeit schenken und Neues ausprobieren möchten - auch für Coach & Therapeuten interessant!  
**Termine in Nord- und Süddeutschland** | 1 Tag | 360 € p. P. | Begleitperson, Studenten & Wiederholer: 240 Euro p. Person

TOP  
TIPP



## Online Talk „Lass uns reden!“

Mit einem Klick bequem von zuhause live zugeschaltet sein, und die eigenen Fragen rund um Wohlbefinden in die Talk Runde geben. Immer mit Aha-Erlebnissen. **Termine auf der Homepage**

## Medizinisches Coaching

Wenn wir gesundheitlich nicht weiter kommen, und uns nicht verstanden fühlen, rutschen wir in ein Gefühl der Hoffnungslosigkeit. Das medizinische Coaching gibt eine unmittelbare Erleichterung.

2

## Der digitale Concierge für Coaches im Gesundheitsbereich

April 2022 kommt mit **simplepower.studio** erstmalig ein Portal für digitale Produkte für Coaches, Fitness-Trainer, Heilpraktiker, Ernährungsberater und viele mehr auf den Markt. Rund um die Uhr Arbeitstexte, Werbebriefe, Patientenbriefe, Webinare, Vortragsfolien, Flipchart-Bilder finden und direkt im Online Marketing und Coaching anwenden. Neben dem digitalen Materialangebot gibt es ein peer-to-peer-learning unter Gleichgesinnten in unzähligen COWORKING Beziehungsräumen.  
**www.simplepower.studio**

## REGUS LIPO Kur – Emotionale Freiheit statt Frustessen

Regus lipo ist ein bio-psycho-soziales Ernährungskonzept, das emotionale Verhaltensmuster löst und erstarrte Stoffwechselprozesse regeneriert. Denn solange der Energiestoffwechsel nicht richtig funktioniert, kann eine nachhaltige Gewichtsreduktion kaum erreicht werden.

*Kostenloses Info-Set anfordern.*

## SlideRecord (Radionik) – Alles ist Schwingung!

Der richtige Weg ist der, der als Ergebnis mehr Wohlbefinden, die Genesung von Symptomen und eine stabilere Gesundheit zur Folge hat. Für Analyse und Lösungsbesendung 240 €

## Orthomolekulares Coaching - Vitalstoffe

Viele Erkrankungen haben auch ein Ungleichgewicht von Nährstoffen. Im Zentrum des orthomolekularen Coachings steht deren Beseitigung mit Hilfe von INUS-Nahrungsergänzungsmitteln aus deutscher Herstellung.

## YouTube • Podcast IMPULSE • Bücher Anleitung zum Gesundsein

Zu wissen, was man selbst tun kann, ist die wichtigste Voraussetzung für Selbstheilung.

Termine und Informationen unter **www.simplepower.de** oder rufen Sie mich an!