

PRAXIS

für Gesundheitsvorsorge &
Therapie

Ernährungsmedizinische Beratung

Reitingerstraße 12
4641 Steinhaus bei Wels

IHRE DIAETOLOGIN
Angelika Achleitner



Impulsvortrag

„mit Achtsamkeit im Selbst und Jetzt sein“

Referentin **Mag. Christine Obermayr**

Klinische und Gesundheitspsychologin, Energetische
Systemtherapeutin www.lebensspirale.at



Do, 30. April 2015

19.00 Uhr

Dauer 1 h

Beitrag 20 €

Wo Praxis für Gesundheitsvorsorge & Therapie

Achtsamkeit für Gesundheit und Wohlbefinden

- bewusste Gestaltung des eigenen Lebens
- Tipps zur praktischen Umsetzung im Alltag
- **Motivation zu mehr Selbstbestimmung** und positiven Gefühlen mit sich selbst
- **Erleben vom Hier und Jetzt in Körper, Geist & Seele**
- achtsam denken – fühlen - handeln

Voranmeldung unter 0699 1267 2555
(max. 10 Teilnehmer)

