



Mein Angebot

- **Entspannungsangebote und -techniken in Einzel- und Gruppenbetreuung** wie Progressive Muskelentspannung (PMR) nach Jacobsen; Atemtechniken; geführte Meditationen; Einführung in die Welt der ätherischen Öle, Klang, Genuss u.a.
- **Kreativworkshops**
- **Chakrenharmonisierung**
- **Arbeit mit Klang und Bewegung** in sanfter Form zur Aktivierung und Entspannung
- **Hypnose** in Einzelbetreuung für individuelle Themen
z.B. Raucherentwöhnung, Begleitung bei belastenden Lebensereignissen und inneren Konflikten, Transformation von Glaubenssätzen, innerer Einstellung, Aktivierung des Potentials und verborgener Fähig- und Fertigkeiten (Gefühl mit angezogener Handbremse durch das Leben gehen)
- **Kennenlernen der Hypnose** z.B. als Gruppenhypnose zum Einstieg in eigene Themen oder Reflektion von Themen/Klärung

Bei Fragen zu meinem Wohlfühlraum, meinen Angeboten und der Hypnose stehe ich dir gerne für ein kostenloses Kennenlern-Gespräch zur Verfügung.

Ich freu mich auf Dich & ein Kennenlernen.

Deine Patricia

Entspannungspädagogin &
Kursleiterin für Progressive Muskelentspannung
Hypnose-Coach

Kontakt

015141216925

info@patricias-wohlfuehlraum.de

Entspannung. Hypnose. Meditation.

