



Leben und arbeiten in Balance

Prävention und mehr

Gleich einem Uhrwerk scheint unser Körper beinahe eine perfekte Mensch-Maschine zu sein. Dennoch ist der Mensch mehr als die Summe seiner vegetativen Funktionen: Neben der physischen spielt auch die psychische Verfassung eine entscheidende Rolle.

Mediziner und Therapeuten wissen um den Zusammenhang zwischen dauerhaftem Stress und körperlichen Beschwerden, die langfristig zu ernsthaften Erkrankungen führen.

- Psychosomatische Beschwerden
- Schmerzen
- Migräne
- Tinnitus
- Bluthochdruck
- Depressionen
- Erschöpfung
- Burnout

Wer unter solchen Symptomen leidet, hat meist große Schwierigkeiten, ein gesundes und erfolgreiches Leben zu genießen. Dies belastet nicht nur den Betroffenen sondern auch dessen gesamtes Umfeld: Arbeitsplatz, Familie, Freunde - alles gerät aus der Balance.

Es ist nie zu spät und vor allem nie zu früh, seine Lebensweise genauer zu betrachten und körperliche und physische Symptome nicht nur wahr, sondern vor allem ernst zu nehmen.

Ich kann nur leben, was in mir steckt.

Der Weg in ein neu gestaltetes Leben beginnt mit einer neuen Wahrnehmung, insbesondere unserer unterbewussten Ängste, die meist die Ursachen unserer Beschwerden und Blockaden sind. Diese werden erkannt, angenommen und losgelassen.

Das Leben wird neu gestaltet!

Klingt einfach, ist es auch, jedoch ohne die wirkliche Bereitschaft des Einzelnen nicht möglich.

Wenn ich mich auf einen neuen Weg einlasse, bedeutet dies nicht nur Veränderung für mich, denn jeder Einzelne kreiert die Stärke des gesamten Teams! In mir und um mich herum gibt es positive, kraftvolle Veränderung. Das Ergebnis ist ein gesünderes, erfolgreiches und freudvolleres Leben.

Sie wollen mehr über dieses Thema erfahren?

Gerne kommen wir zu Ihnen ins Haus – zu einem persönlichen Gespräch, einem Workshop oder einem Vortrag für ihre Mitarbeiter.

Sprechen Sie uns an!