

Online-Kurs:

„Sommergespräche – Von Seele zu Seele“

Ab dem 16. Juli geht es los.

An vier Sommerabenden von Juli bis September, findet unser nächster vierteiliger Online-Kurs „Sommergespräche“ statt.

Willkommen zu unserem inspirierenden Kurs, der Sie bei Ihrer Weiterentwicklung unterstützt. In einer sich ständig verändernden Welt ist es von Vorteil, sich auf das Wesentliche zu konzentrieren und die eigenen inneren, seelischen Werte neu zu entdecken. Genießen Sie die wohlwollende Atmosphäre mit Gleichgesinnten und verbringen Sie vier Sommerabende mit uns. Theorieeinheiten und Übungen wechseln sich ab. Auch werden wir wieder den Austausch untereinander fördern, denn gemeinsam lernt es sich einfach leichter.

Vier Termine, die Sie stärken, motivieren und inspirieren werden. Das Umsetzen wird leichter und zusammen macht Erfahrungen und Erkenntnisse sammeln viel mehr Freude!

Investieren Sie vier Abende á 2 Stunden für ein gesünderes Leben, es wird sich lohnen!

Was Sie erwartet:

Gesundheit und Wohlbefinden

- **Das Wesentliche zuerst tun:** Kleine, effektive Veränderungen mit langfristig großer Wirkung. Setzen Sie Prioritäten für Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden.
- **Selbstfürsorge nicht vergessen:** Nehmen Sie sich Zeit für Sich? Wie Sie sich selbst mehr wertschätzen und unterstützen können.

Ablenkungen und Ausreden überwinden

- **Ablenkungen reduzieren:** Lassen Sie sich leicht ablenken? Wie Sie Ablenkungen minimieren und fokussierter Ihre Ziele erreichen.
- **Eigene Ausreden überwinden:** Kennen Sie Ihre Ausreden! Lassen Sie uns daran arbeiten, diese zu überwinden.

Ablauf:

- 4 x Treffen über Zoom - jeweils mittwochs von 19:00- 21:00 Uhr
- Videoaufzeichnungen

Termine:

Mittwoch, 16.07.2025 – Brigitta Jeffery

Mittwoch, 06.08.2025 – Dr. Beatrice Steingaszner

Mittwoch, 27.08.2025 – Dr. Beatrice Steingaszner

Mittwoch, 17.09.2025 – Brigitta Jeffery

Investition:

€ 179,- mit Rabatt bei Anmeldung **bis 28. Juni 2025**

€ 239,- Normalpreis ab 5. Juli 2025

Der regelmäßige Austausch und das gemeinsame Lernen mit Gleichgesinnten macht Freude und motiviert, die eigenen Themen mit Inspiration anzugehen und umzusetzen.

Seien Sie dabei! Wir freuen uns auf Sie!

Anmeldung bitte unter info@mueller-kainz.de – per Telefon: +49-(0)8151-28687

Herzliche Grüße Ihre

Dr. Beatrice Steingaszner und Brigitta Jeffery