



Ätherische Öle & Akupressur im Alltag

✨ *Haben Sie schon einmal erlebt, wie ein Duft Ihre Stimmung verändern kann – oder wie ein gezielter Druckpunkt Entspannung bringt?*
Genau um dieses faszinierende Zusammenspiel geht es in diesem Vortrag.

👉 Was passiert, wenn Duft auf gezielten Druck trifft?

Diese kraftvolle Kombination kann Ihr Wohlbefinden steigern und Ihre Gesundheit auf sanfte Weise unterstützen.

🌸 Das erwartet Sie:

- Einführung in die Welt der ätherischen Öle
– Geschichte, Anwendung & Wirkung
- Grundlagen der Akupressur
– einfache Techniken mit großer Wirkung

• 🌿 Praxis erleben:

Ob Stress, Erkältung, schwere Beine – in meinem Vortrag widmen wir uns verschiedenen Alltagsthemen und entdecken, wie ätherische Öle, ausgewählte Akupressurpunkte und inspirierende Affirmationen auf energetischer Ebene miteinander kombiniert werden können.

🌿 Lassen Sie sich überraschen, sammeln Sie neue Eindrücke und entdecken Sie eine besondere Möglichkeit, sich selbst und Ihrem Wohlbefinden mehr Aufmerksamkeit zu schenken.

🔄 Ihr Mehrwert:

- ✓ Einfache Methoden für den Alltag
- ✓ Sofort umsetzbare Übungen
- ✓ Entspannung für Körper, Geist & Sinne
- ✓ Neue Impulse für Ihr persönliches Wohlbefinden

🌼 Für wen ist der Vortrag geeignet?

Für alle, die sich mehr Balance, Entspannung und natürliche Unterstützung im Alltag wünschen – ganz ohne Vorkenntnisse.

✨ Lassen Sie sich inspirieren und erleben Sie, wie kleine Impulse Großes bewirken können.

📍 Kulturhaus

📅 26. November

🕒 18.30

Kosten: 7 Euro

📧 Vortragende: Sabina Bernhard

Dipl. Präventionspraktikerin

Tel.: 0664 5115850

💚 Ich freue mich auf Sie!