

Kennen Sie das Gefühl, an manchen Tagen total lustlos und erschöpft zu sein? Bedrückt Sie das Gefühl, nicht verstanden zu werden und für alle und alles zuständig zu sein? Wie erholsam schätzen Sie Ihren Schlaf ein? Finden Ihre Bedürfnisse im Alltag Platz zum Leben?

erfolgreich

selbstbewusst

Mit mentalen Strategien erlernen Sie in unserem Workshop, Einfluss auf Ihre störenden Gedanken zu nehmen und deren Zusammenhang mit Ihrem Verhalten zu verstehen.

Zeit: Freitag, 27. Oktober 2017, 18.00–21.30 Uhr
Samstag, 28. Oktober 2017, 9.00–12.30 Uhr

Preis: pro Person Fr. 180.–

Ort: RUAG Gelände, Neuland 2, 6460 Altdorf

Ihre Anmeldung bitte an:

www.melanie-moerth.ch
www.hildipagani.ch

melanie@melanie-moerth.ch
zukunft@hildipagani.ch

Telefon 079 193 88 25
Telefon 079 670 19 53