

Gruppen (G), Seminare (S), Workshops (W)

Wir bitten um eine kurze telefonische oder schriftliche Anmeldung zu den jeweiligen Kursen und Sprechstunden unter: mail@navisana.de oder Telefon: 02234 601 802



**Katja
Himmer-Ritterbach**
ANMELDUNG:
k.himmer@navisana.de

Resilienz-Workshop (W)

Resilienz - die innere Widerstandsfähigkeit und psychische Stärke. Dem Leben gestärkt begegnen.
WANN: dienstags: 13. Jan., 10. Febr., 10. März, 14. April, 12. Mai, 16. Juni, jeweils von 18.00 – 19.30 Uhr
PREIS: 30 €



**Heleen
Van Den Bossche**
ANMELDUNG:
h.vandenbossche@navisana.de bzw. 0151 50631605

Yang Sheng - die Kraft in dir (S)

Gesund leben mit der Traditionellen Chinesischen Medizin: aktiv, selbstbestimmt und präventiv für die eigene Gesundheit eintreten. Keinerlei Vorkenntnisse erforderlich.
WANN: freitags, jeweils 10 – 14 Uhr
23. Jan.: Grundlagen - Der Mensch im chinesischen Denken und das Zusammenspiel der Körperfunktionen. Inkl. praktische Tipps für den Alltag
27. Feb.: Kräuter & Gewürze für die Hausapotheke
20. März: Bewegende Stille - Qi-Gong-Übungen für jeden Tag
24. April: Wohlfühlen mit der 5-Elemente-Küche
22. Mai: Energetische Selbstregulation mit Tuina und Akupressur
PREIS: Einzelbuchbar, 50 € pro Person pro Termin oder 200 € / 5 Termine, inkl. Skript

Qi-Gong für Frauen (G)

Sanftes Qi-Gong für das hormonelle und körperliche Gleichgewicht
WANN: Immer freitags, 8.00 – 8.45 Uhr
PREIS: 45 Min. / 15 € oder 120 € / 10-er Karte

Qi-Gong Training (G)

Offene Qi Gong Runde für eine bessere Beweglichkeit und mehr Gelassenheit im Alltag
WANN: Immer mittwochs, 18.30 – 19.15 Uhr
PREIS: 45 Min. / 15 € oder 120 € / 10-er Karte

Qi-Gong Einzelstunde (E)

Abgestimmt auf die eigenen Bedürfnisse – effektiv und individuell
WANN: Termine nach Vereinbarung
PREIS: 50-60 Min. / 95 €



**Jutta
Döbbener**
ANMELDUNG:
j.doebbener@navisana.de bzw. 0221 - 98747048

Yogastunde für Männer

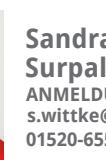
Für Einsteiger und Fortgeschrittene
WANN: donnerstags, 19.30 - 21.00 Uhr
PREIS: 17 € / Person



**Sabine
Schönbrunn-Otto**
ANMELDUNG:
s.schoenbrunn-otto@navisana.de

Shamanic Breathwork (G)

Durch Atmung in eine bewusstseinserweiternde Trance gelangen
Auf natürliche Art und Weise kommst Du tiefer und tiefer in deiner persönlichen Atemwelt und öffnest den Raum für das Lösen von blockierenden Erfahrungen. Körper, Geist und Seele bilden eine Einheit, die durch Shamanic Breathwork in Gänze aktiviert wird
WANN: Freitag, 15. Mai, 16 - 19 Uhr
PREIS: 60 €



**Sandra
Surpal K. Wittke**
ANMELDUNG:
s.wittke@navisana.de bzw. 01520-6556361

Kundalini-Yoga für alle (G)

Fühle mehr Lebenskraft und Wohlbefinden!
WANN: Wöchentlich montags, jeweils 18 – 20 Uhr, 198 € / 10er-Karte, 118 € / 5er-Karte, Einzelkarten nach Absprache (20 € / Schnupperstunde, wird auf den Kauf einer Karte angerechnet)

Kreatives Yin Yoga mit Gongentspannung (G)

Relax - let go - do nothing...
WANN: i.d.R. jeder 1. oder 2. Freitag im Monat, gemischter Präsenz-/online-Kurs, 9. Jan., 6. Febr., 6. März, 10. April, 8. Mai, 12. Juni, jeweils 18.00 – 19.45 Uhr
PREIS: 21 € / Einzelkarte

Ein Kurs in Wundern (W)

Nichts Wirkliches kann bedroht werden. Nichts Unwirkliches existiert.
WANN: Sonntag, 22. März, 10.00 – 17.00 Uhr
PREIS: 95 € / Person

TRE® – Individuelle Einführung in die Selbsthilfe zur Stress- und Traumalösung
Lade Stress, Anspannung, Schmerz und Trauma ab!
WANN: Termine nach Vereinbarung
PREIS: 190 € / 2,5 – 3 Std.
(Sie lernen alles Notwendige in Theorie und Praxis für die Selbsthilfe zu Hause)

Aussöhnung mit dem inneren Kind mittels radikaler Vergebung (S)
Schenke Deinem inneren Kind die Vergebung - freu Dich über die Wunder, die Du danach erleben kannst.
WANN: 3 Termine als Paket, 1. Termin als Seminar: Freitag, 30. Jan. oder Dienstag, 07. Apr., 18 – 21.30 Uhr (online Teilnahme möglich) + 2 online-Praxistermine zu je 2 h, dienstags 18 – 20 Uhr
PREIS: Seminar + 2 Praxistermine: 128 € / Person

Online TRE® – Schüttelabend (G)
Stress weg – willkommen Lebensfreude
WANN: i.d.R. jeder letzte Dienstag im Monat, 27. Jan., 24. Febr., 31. März, 28. April, 26. Mai, 30. Juni jeweils 18.00 – 20.00 Uhr
PREIS: 22 € / Person

R.E.S.E.T.® - Kieferbalancierung / Jin Shin Jyutsu Behandlung ®
Entspannung für den Kiefer, Entspannung für dein ganzes Sein
WANN: Termine nach Vereinbarung
PREIS: 68 € / 60 Minuten

Klaus Otto
ANMELDUNG: mail@navisana.de

Achtsamkeitsabende (G)
Stille erleben, Stille genießen, ganz in sich ankommen
WANN: Mittwoch, 22. Jan., 18. Febr., 25. März, 22. April, 20. Mai, 17. Juni 18.00 – 19.30 Uhr
PREIS: unentgeltlich

**Unsere Spezialgäste auch in diesem Jahr:
Dr. Tulasi Prasanna**
(deutschsprechender Ayurveda-Arzt, Professor an der Universität Tumkur).

Bitte achten Sie auf die Programm-Ankündigung auf unserer Homepage, www.navisana.de und in unserem Newsletter.

**Dr. Tulasi Prasanna,
deutschsprechender Ayurveda-Arzt, Professor an der
Universität Tumkur**
½ stündige Pulsdiagnosen und Beratung
Freitag/Samstag, 3./4. Juli,
Termine nach Vereinbarung

Gruppen (G), Seminare (S), Workshops (W)

Wir bitten um eine kurze telefonische oder schriftliche Anmeldung zu den jeweiligen Kursen und Sprechstunden unter: mail@navisana.de oder Telefon: 02234 601 802

Klarheit durch Heilfasten (S)

Vision, Glück, Ausdauer – Verbindung mit sich selbst – Wir-Erleben in der Gruppe
WANN: Osterfasten - Sa. 28. März – Mi. 1. April, täglich von 10 – 18 Uhr
PREIS: 225 € / Person, 415 € / Paarpreis

Aussöhnung mit dem inneren Kind mittels

radikaler Vergebung (S)
Schenke Deinem inneren Kind die Vergebung - freu Dich über die Wunder, die Du danach erleben kannst.
WANN: Sonntag, 10. Mai, 10 – 17 Uhr
PREIS: 95 € / Person

Online TRE® – Schüttelabend (G)

Stress weg – willkommen Lebensfreude
WANN: i.d.R. jeder letzte Dienstag im Monat, 27. Jan., 24. Febr., 31. März, 28. April, 26. Mai, 30. Juni jeweils 18.00 – 20.00 Uhr
PREIS: 22 € / Person

R.E.S.E.T.® - Kieferbalancierung / Jin Shin Jyutsu Behandlung ®

Entspannung für den Kiefer, Entspannung für dein ganzes Sein
WANN: Termine nach Vereinbarung
PREIS: 68 € / 60 Minuten

Katrin Kleinau

ANMELDUNG: k.kleinau@navisana.de
Ganzheitliche, naturkundliche Behandlung, Osteopathie, Osteopathie für Kinder, Craniosacraltherapie und klassische Homöopathie
WANN: Termine nach Vereinbarung
PREIS: 60 Minuten / 95 €

Achtsamkeitsabende (G)

Stille erleben, Stille genießen, ganz in sich ankommen
WANN: Mittwoch, 22. Jan., 18. Febr., 25. März, 22. April, 20. Mai, 17. Juni 18.00 – 19.30 Uhr
PREIS: unentgeltlich

Ein Kurs in Wundern (W)

Nichts Wirkliches kann bedroht werden. Nichts Unwirkliches existiert.
WANN: Sonntag, 22. März, 10.00 – 17.00 Uhr
PREIS: 95 € / Person

Gemeinschaftliche Angebote //

Highlights //



**NAVISANA
Empfehlung**

Madhuri und Abhijat
Satsang-Musiker

HerzenSingen (G)

Aus ganzem Herzen singen und still sein
HerzenSingen ist unsere Einladung, Mantras und spirituelle Lieder aus allen Kulturen dieser Erde und allen Genres miteinander zu singen, als Ausdruck unserer Freude, unseres VerbundenSeins mit allem, der Verantwortung, die sich daraus ergibt und der Dankbarkeit für die Kostbarkeit unserer menschlichen Inkarnation.

WANN: dienstags, 12. März und 16. Juni, jeweils 19.30 – 21.30 Uhr
PREIS: 12 € / Person
Anmeldung: www.navisana.de

Ausbildungen //



Nadja Gärtel
ANMELDUNG: n.gaertel@navisana.de bzw. 0163-3119187

Sabine Schönbrunn-Otto
ANMELDUNG: s.schoenbrunn-otto@navisana.de

Individuelle Ausbildung: Heilpraktiker*in für Psychotherapie

Jede Kakao Zeremonie richten wir auf ein bestimmtes Thema aus. Dazu passend spüren wir hinein, welche Yoga- und Körperübungen das Thema unterstreichen. Begleitet wird der Ablauf und vor allem die Zeremonie auch immer durch Musik & Mantras.

WANN: Sonntag, 18. Jan., und 1. März, jeweils 17.00 - 19.00 Uhr
PREIS: 40 €

Aufstellungsleiter*in für Aufstellung und Bewusstseinsarbeit

Der Berufsstand des Heilpraktikers auf dem Fachgebiet der Psychotherapie hat sich in den letzten Jahren enorm entwickelt. Durch verschiedene Faktoren, welche unsere Leistungsgesellschaft hervorbringt, nehmen seelische Leiden immer mehr zu. Wer Menschen mit psychischen Belastungen helfen möchte, trägt eine besondere Verantwortung. Der Beruf erfordert hohe Sensibilität, Empathie und soziales Engagement.

Im NAVISANA können Sie alles lernen, was für den*die Heilpraktiker*in für Psychotherapie relevant ist.
WANN: Beginn nach Vereinbarung

Aufstellungsabende (W)

Aufstellen von Beziehungs- oder Familiendynamiken, eigenen Anteilen, Themen, Symptomen. Ob aktives Aufstellen oder als Mitwirkende*r, jeder nimmt Impulse mit.
WANN: Freitags: 23. Jan., 27. Febr., 20. März, 24. April, 22. Mai, 19. Juni, jeweils 18.00 – 21.00 Uhr
PREIS pro Abend: 105 € für Aufsteller*innen/ 35 € für Stellvertreter*innen

je 1.950 €
Anmeldung bis 31.12.25, 100 € Frühbucherrabatt

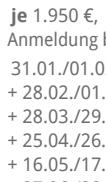
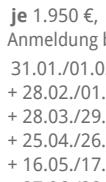
+ 28.02./01.03.2026

+ 28.03./29.03.2026

+ 25.04./26.04.2026

+ 16.05./17.05.2026

+ 27.06./28.06.2026



+

+

+

+

+

+

+

+

+

+

+

+

+

+

+

+

+

+

+

+

+

+

+

+

+

+

+

+

+

+

+

+



NAVISANA
Ihr Heilzentrum

Herzlich willkommen,

Sie halten das Programm des NAVISANA – Heilzentrums für das erste Halbjahr 2026 in Händen. Um Ihnen die Orientierung zu erleichtern, finden Sie hier im Flyer die jeweiligen Angebote zu den geplanten Terminen. Monatlich versenden wir einen Newsletter mit den aktuellen Angeboten, ausführliche Informationen erhalten Sie dann über die Webseite: www.navisana.de.

Damit Sie wissen, wer für Sie im NAVISANA tätig ist, können Sie sich nachfolgend ein Bild davon machen:

| | |
|--|---|
| | Sabine Schönbrunn-Otto Heilpraktikerin für Psychotherapie Leitung NAVISANA |
| | Klaus-Otto Heilpraktiker für Psychotherapie Leitung NAVISANA |

| | |
|--|--|
| | Heike Richardz-Weiler Heilpraktikerin für Psychotherapie |
| | Heleen Van Den Bossche Heilpraktikerin, Frauenheilkunde, Schmerztherapie, Osteopathie, Traditionelle Chinesische Medizin |

| | |
|--|--|
| | Jutta Döbbener Diplom Sozialpädagogin und Energiecoach, Yogalehrerin |
| | Katja Himmer-Ritterbach Heilpraktikerin für Psychotherapie |

| | |
|--|---|
| | Yvonne Rausch Ganzheitlicher Coach, Mentorin und Praktikerin systemischer Aufstellungen |
| | Carmen Niederfahrenhorst Systemischer Gesundheitscoach und Schauspielerin |

| | |
|--|--|
| | Dr. Sandra Wittke Heilpraktikerin für Psychotherapie, Diplom Biologin, Zertifizierte Kundalini-Yogalehrerin Stufe 2, Jin Shin Jyutsu Praktikerin, TRE Provider |
| | Nadja Gärtel Heilpraktikerin für Psychotherapie |

| | |
|--|---|
| | Heleen Van Den Bossche Heilpraktikerin, Frauenheilkunde, Schmerztherapie, Osteopathie, Traditionelle Chinesische Medizin, Frequenztherapie, Qi-Gong Trainerin |
| | Katin Kleinau Heilpraktikerin, Hebammme, Osteopathie, Osteopathie für Kinder, Homöopathie, Craniosacraltherapie, Craniosacraltherapie für Kinder & Babys |

| | |
|--|---|
| | Als Guest: Sarah Dietrich Yogalehrerin, Stressmanagement-, Achtsamkeits- u. Meditationstrainerin |
| | Als Guest: Marion Adam Heilpraktikerin für Psychotherapie |

| | |
|--|---|
| | Als Guest: Britta Schumann Ernährungsberaterin u. Gesundheitscoach |
|--|---|

Ihr NAVISANA Team

Anmeldung unter: mail@navisana.de oder Telefon: 02234 601 802

DER KREATIVE DONNERSTAG

- Im Einklang mit der Seele -

Die kreativen Donnerstage sind thematische wechselnde Gruppenangebote: Reflektion, Austausch, Entspannung und Kreativität, Wohltuendes für die Seele. Der kreative Donnerstag ist, wenn nicht anders ausgewiesen, unentgeltlich. Wir bitten um eine kurze schriftliche oder telefonische Anmeldung unter mail@navisana.de oder 02234-601803.

JANUAR

15. Januar / 19.00 – 20.30 Uhr
Achtsamkeitsabend - Bewusst im Hier & Jetzt

Theorie und Praxis der Achtsamkeit

Sarah Dietrich,
Yogalehrerin, Stressmanagement-, Achtsamkeits- und Meditationstrainerin

In diesem 1,5-stündigen Achtsamkeitsabend widmen wir uns der Frage: Was bedeutet Achtsamkeit – und wie kann ich sie in meinen Alltag integrieren?

Gemeinsam erforschen wir, wie eine liebevolle, offene Haltung uns dabei unterstützt, bewusster zu leben und gelassener mit den Wellen des Alltags umzugehen. Mit kurzen theoretischen Impulsen, sanften Körperübungen, Atemwahrnehmung und geführten Meditationen üben wir, den Moment achtsam zu spüren, Gedanken und Gefühle wahrzunehmen und innerlich zur Ruhe zu kommen. Ein Abend zum Innehalten, Loslassen und Ankommen – bei dir.

19. Februar / 19.00 – 20.30 Uhr

Wie wir innere Stille bewahren können in unruhigen Zeiten
Wege nach innen, zur Stille, zur Liebe, zum Frieden

Katja Himmer-Ritterbach

In einer Welt der Informationsflut geraten wir leicht in einen Sog der Außenströmung, der wir uns, so sehr wir es auch wollen, nicht (ganz) entziehen können. Einfach abschalten geht meist nicht, denn wir müssen ja weiter den Kontakt zu unseren Mitmenschen aufrechterhalten. Und vor den Kopf stoßen wollen wir ja auch niemanden. Wie schaffen wir es also, zu uns zu kommen? Inneren Frieden zu finden, im Kontakt mit unserem Herzen zu sein und ein Mitgefühl in erster Linie mit uns selbst und mit den Mitmenschen zu finden? An diesem Abend kommunizieren wir in erster Linie auf der Herzebene, tanken auf, nehmen Anteil zuerst nach innen und dann nach außen.

19. März / 19.00 – 20.30 Uhr

Mutige Eltern: Kinder und Jugendliche gut begleiten mit elterlicher Präsenz
Präsenz als elterliche Stärke

Nadja Gärtel und Katja Himmer-Ritterbach,
Heilpraktikerinnen für Psychotherapie

Verschiedene Faktoren tragen dazu bei, dass die elterliche Präsenz im Alltag verloren geht. Besonders in herausfordernden Erziehungssituationen haben Eltern oftmals das Gefühl, dass die Kinder das Geschehen in der Familie zunehmend bestimmen. Die Eltern bleiben dann rat- und hilflos zurück.

Was brauchen Sie, um Ihrem Kind auch in konfliktreichen Situationen Orientierung und eine verlässliche Beziehung anbieten zu können? Mit welcher Haltung begegnen Sie Ihrem Kind? In Anlehnung an das Konzept der elterlichen Präsenz von Haim Omer möchten wir Ihnen Wege aufzeigen, wie Sie auch in stürmischen Zeiten in liebevoller Verbundenheit mit Ihrem Kind bleiben und zu einem verlässlichen „Anker“ werden.

Gemeinsam werden wir auf Handlungsoptionen schauen, die Ihnen zu einer klaren und mutigen Haltung Ihrem Kind gegenüber verhelfen und gleichzeitig zum Aufbau bzw. zur Stärkung eines gesunden Beziehungssystems mit dem Kind beitragen.

23. April, 19.00 – 20.30 Uhr

„Wasser ist nicht gleich Wasser“
Gesundheitsbewusstsein durch Trinken von „gutem“ Wasser

Marion Adam, Heilpraktikerin für Psychotherapie und

Britta Schumann, Ernährungsberaterin

Ein spannender Vortrag mit Versuchsreihen, in dem die verschiedenen Eigenschaften von Trinkwasser erklärt werden. Es wird deinen Blick auf Wasser (und vielleicht auch dein Leben) verändern!

DER KREATIVE DONNERSTAG

- Im Einklang mit der Seele -

Die kreativen Donnerstage sind thematische wechselnde Gruppenangebote: Reflektion, Austausch, Entspannung und Kreativität, Wohltuendes für die Seele. Der kreative Donnerstag ist, wenn nicht anders ausgewiesen, unentgeltlich. Wir bitten um eine kurze schriftliche oder telefonische Anmeldung unter mail@navisana.de oder 02234-601803.

MAI

28. Mai / 19.00 – 20.30 Uhr
Akupressur für die Seele

Hilfe zur Selbsthilfe – Die Soforthilfe mit 5 Punkten

Heleen Van Den Bossche,
Heilpraktikerin

Gesprächspsychotherapie nach C. Rogers mit dem Focus auf das Körpererleben, in Kombination mit Systemischer Therapie und Aufstellungsarbeit und EMDR.

Empathie, der Schlüssel zur Seele
Was ist Psycho-Bio-Akupressur? Was sind die 5 goldenen Regeln für eine gute Psycho-Hygiene? An diesem Abend machen wir einen kleinen Ausflug in die Traditionelle Chinesische Medizin. Gemeinsam lernen wir, wie wir uns selbst und unser Umfeld harmonisieren und stärken können.

18. Juni / 18.00 – 19.30 Uhr

Achtsamkeit im Wald
Mit allen Sinnen genießen

Heike Richardz-Weiler

Lass den Alltag hinter Dir und tauche ein in einen Abend voller Ruhe, Natur und bewusster Wahrnehmung. Du lernst einfache Achtsamkeitsübungen kennen, die Dir helfen, im Moment anzukommen – ganz ohne Vorkenntnisse. Spüre den Waldboden unter Deinen Füßen, atme tief durch und tanke neue Kraft – für Körper, Geist und Seele. Komm wie Du bist – und geh mit mehr innerer Ruhe.

19. Juli / 19.00 – 20.30 Uhr

Gesprächspsychotherapie nach C. Rogers in Kombination mit NLP, sowie Aufstellungen und Rückführungen

Wahrhaft Ich

MIT: Dr. Sandra Surpal Kaur Wittke
Informationen und Anmeldung: s.wittke@navisana.de bzw. 01520-6556361

15. August / 19.00 – 20.30 Uhr

Gesprächspsychotherapie nach C. Rogers mit Elementen aus der Bewusstseinspsychologie, Aufstellungen, EMDR, Progressive Muskelentspannung

Leben im Hier und Jetzt

MIT: Klaus Otto
Informationen und Anmeldung: k.otto@navisana.de bzw. 02234-601803

19. September / 19.00 – 20.30 Uhr

Gesprächspsychotherapie nach C. Rogers mit Elementen aus der Bewusstseinspsychologie, Aufstellungen, EMDR, Progressive Muskelentspannung

Leben im Hier und Jetzt

MIT: Nadja Gärtel
Informationen und Anmeldung: n.gaertel@navisana.de bzw. 0163-3119187

10. Oktober / 19.00 – 20.30 Uhr

Gesprächspsychotherapie nach C. Rogers mit Elementen aus der Bewusstseinspsychologie, Aufstellungen, EMDR, Progressive Muskelentspannung

Leben im Hier und Jetzt

MIT: Jutta Döbbener
ANMELDUNG: j.doebener@navisana.de bzw. 0221 - 98747048

17. November / 19.00 – 20.30 Uhr

Gesprächspsychotherapie nach C. Rogers mit Elementen aus der Bewusstseinspsychologie, Aufstellungen, EMDR, Progressive Muskelentspannung

Leben im Hier und Jetzt

MIT: Heike Richardz-Weiler
ANMELDUNG: h.richartz@navisana.de bzw. 01512-2348575

14. Dezember / 19.00 – 20.30 Uhr

Gesprächspsychotherapie nach C. Rogers mit Elementen aus der Bewusstseinspsychologie, Aufstellungen, EMDR, Progressive Muskelentspannung

Leben im Hier und Jetzt

MIT: Sarah Dietrich
ANMELDUNG: s.dietrich@navisana.de

21. Januar / 19.00 – 20.30 Uhr

Gesprächspsychotherapie nach C. Rogers mit Elementen aus der Bewusstseinspsychologie, Aufstellungen, EMDR, Progressive Muskelentspannung

Leben im Hier und Jetzt

MIT: Heike Richardz-Weiler
ANMELDUNG: h.richartz@navisana.de bzw. 01512-2348575

28. Februar / 19.00 – 20.30 Uhr

Gesprächspsychotherapie nach C. Rogers mit Elementen aus der Bewusstseinspsychologie, Aufstellungen, EMDR, Progressive Muskelentspannung

Leben im Hier und Jetzt

MIT: Sarah Dietrich
ANMELDUNG: s.dietrich@navisana.de

14. März / 19.00 – 20.30 Uhr

Gesprächspsychotherapie nach C. Rogers mit Elementen aus der Bewusstseinspsychologie, Aufstellungen, EMDR, Progressive Muskelentspannung

Leben im Hier und Jetzt

MIT: Heike Richardz-Weiler
ANMELDUNG: h.richartz@navisana.de bzw. 01512-2348575

21. April / 19.00 – 20.30 Uhr

Gesprächspsychotherapie nach C. Rogers mit Elementen aus der Bewusstseinspsychologie, Aufstellungen, EMDR, Progressive Muskelentspannung

Leben im Hier und Jetzt

MIT: Sarah Dietrich
ANMELDUNG: s.dietrich@navisana.de

28. Mai / 19.00 – 20.30 Uhr

Gesprächspsychotherapie nach C. Rogers mit Elementen aus der Bewusstseinspsychologie, Aufstellungen, EMDR, Progressive Muskelentspannung

Leben im Hier und Jetzt

MIT: Heike Richardz-Weiler
ANMELDUNG: h.richartz@navisana.de bzw. 01512-2348575

11. Juni / 19.00 – 20.30 Uhr

Gesprächspsychotherapie nach C. Rogers mit Elementen aus der Bewusstseinspsychologie, Aufstellungen, EMDR, Progressive Muskelentspannung

Leben im Hier und Jetzt