

Wir freuen uns auf Ihre Anfrage unter

info@naturheilpraxis-wallenhorst.de  
oder telefonisch unter 05407 / 8988200

**Ulrike Otte**

Heilpraktikerin

www.naturheilpraxis-wallenhorst.de

**Annette Wilker**

Coach

www.coachu-os.de



Annette Wilker

Ulrike Otte

Anders  
machen!

**coach.u**

Coaching . Training

Annette Wilker

 **ulrike otte**

naturheilpraxis wallenhorst

**coach.u**

Coaching . Training

 **ulrike otte**

naturheilpraxis wallenhorst

Sie haben sich als Gruppe gefunden und verbringen gerne Zeit miteinander? Sie sind offen für Neues und probieren gerne etwas aus, das Sie auch persönlich weiter bringt? Dann sind Sie bei uns richtig!

## Unsere Themen

### ■ Entspannt durch den Tag

Täglich Hektik, Stress, Reizüberflutung ... Eine Vielfalt kleiner alltagstauglicher Übungen dienen dem schnellen Abschalten und Entspannen.

### ■ Die Lösung liegt in dir selbst

Jeder kennt diese Situationen, in denen die Sicht auf Lösungsmöglichkeiten verstellt erscheint. Dies betrifft große oder kleine Themen im privaten wie auch im beruflichen Kontext. Eine einfache alltagstaugliche Übung zeigt einen neuen Weg auf.

### ■ Ich esse meine Suppe nicht

Gesund? Ausgewogen? Nahrhaft? Was mag ich? Was tut mir gut? Wie finde ich zu einer Ernährung, die zu mir passt?

### ■ Der Kopf hat Pause

Eine kreative Übung führt jeden Einzelnen zu den individuellen Wünschen und Bedürfnissen, die im Alltag ein wenig verloren gegangen sind.

Weitere Themen sind möglich.  
Sprechen Sie uns an.

### ■ Gruppengröße:

Die Veranstaltungen sind für Gruppen in einer Größe von ungefähr 8 bis 12 Personen konzipiert. Alternative Gruppengrößen sind in Absprache möglich.

### ■ Veranstaltungsort:

Naturheilpraxis Wallenhorst  
Liebigstraße 9, 49134 Wallenhorst.  
Wir kommen auch gerne zu Ihnen.

### ■ Termine und Seminarzeiten:

Die eineinhalb- bis zweistündigen Veranstaltungen werden in Absprache mit der jeweiligen Gruppe terminiert.

### ■ Kosten:

Bitte nehmen Sie telefonisch oder per E-Mail Kontakt auf.  
Wir erstellen Ihnen gerne ein Angebot.

