

# Selbsthypnose

Nutzen Sie die Macht des Unterbewusstseins

**Es macht richtig Spass, sich selbst zu «programmieren» und optimal aufzubauen, um gestärkt Neues anzupacken.**

Jede Art von Hypnose ist immer eine Selbsthypnose. Wenn sie verantwortungsbewusst angeleitet und ausgeführt wird, ist sie eine praktische Lebenshilfe für alle, die etwas in ihrem Leben verändern und die Weichen in eine neue Richtung stellen wollen. So ist die praktizierte Selbsthypnose ein natürlicher Weg zu mehr Gesundheit und Lebensqualität.

Grundsätzlich sind die Anwendungsmöglichkeiten der Selbsthypnose unerschöpflich. Durch die regelmässige Anwendung können folgende Konflikte

erfolgreich gelöst werden: Gewichtsprobleme, Schlafstörungen, schwache Schulleistungen, Angstzustände, Kopfschmerzen, Verdauungsprobleme, Stresssymptome, u.v.a.m.

An diesem Workshop lernen Sie Schritt für Schritt den Zugang zu dieser wunderbaren Methode. Am Schluss des Tages sind Sie in der Lage, sich nur mit einem Klick jederzeit in den angenehmen Zustand der Selbsthypnose zu versetzen.

Mitbringen: Matte oder Wolldecke und ev. Kopfkissen

<b>DO, 14.5.2020</b>	Hotel Sedartis Bahnhofstr. 16, 8800 Thalwil
<b>DO, 5.11.2020</b>	Hotel Olten Bahnhofstrasse 5, 4600 Olten
<b>Dauer</b>	1 Tag, 9 – 17 Uhr
<b>Kosten</b>	280.- inkl. Kaffeepausen, Mittagessen, Getränke
<b>Anmeldung</b>	erforderlich beschränkte Teilnehmerzahl Forum Komplementärmedizin 032 626 31 70



**Marianne Grund** Dipl. Hypnosetherapeutin, Cert. Master Life and Business Coach, zert. in Atemenergetik, Naturheilerin SVNH  
**und Wenzel Grund** Naturheiler SVNH, zert. Lehrer für den Radionischen Energietest, zert. Hypnosetherapeut O.H.T.C., dipl. Musik-Kinesiologie-Instruktor, dipl. Musiker [www.grund-hps.ch](http://www.grund-hps.ch)