

SUSANNE ZEFFERER

LEBENSNAHE THERAPIE & EMBODIMENT

WÜNSCHEN SIE SICH AUCH MANCHMAL, FITTER FÜRS LEBEN ZU SEIN – STABILER, FLEXIBEL UND HANDLUNGSFÄHIG IN ALLTAG UND KRISEN?



EMBODIMENT MACHT LEBENSFIT

Ich lade Sie ein, Wege zu entwickeln, auf denen Sie leichter durchs Leben kommen.

Bereits eine veränderte Körperhaltung kann Welten, auf jeden Fall aber Perspektiven öffnen. Das ist Embodiment.

Ich arbeite mit körperzentrierten Ansätzen und biete an

- Stabilisierende Haltungs- und Bewegungsübungen
- Anleitung zu Stress- und Selbstregulation
- Impulse zum Umdenken
- Körperzentrierte Therapie
- · Psychoonkologische Begleitung

Menschen fürs Leben stärken, dafür mache ich mich stark.

In partnerschaftlichem Miteinander unterstütze ich Sie mit Kompetenz, meinem Erfahrungsschatz und einem auf Sie zugeschnittenen Setting.



SUSANNE ZEFFERER

LEBENSNAHE THERAPIE & EMBODIMENT

"Man kann nicht jedes Problem lösen wohl aber einen gelösteren Umgang damit finden."

Atmen Sie mit mir durch!

Mit Freude an gelebtem Embodiment vermittle ich Ratsuchenden seit vielen Jahren, wie sie sich durch Selbstregulation im eigenen Leben leichter und wohler fühlen können.

Meine lebenspraktischen und alltagsnahen Impulse stärken

- Eigenkompetenz
- Flexibilität im Denken, Fühlen und Handeln
- schrittweises Lockern hinderlicher Stressmuster und Anspannung
- Energie & Zuversicht

Ich arbeite mit Gruppen wie auch im Zweierkontakt.

Sie sind interessiert? Ich freue mich, wenn Sie Kontakt mit mir aufnehmen.

Susanne Zefferer 75331 Engelsbrand



0176 / 64044250



susanne.zefferer@arcor.de