



Priskas Körperzentrierte Beratung
und Hypnose
Honertstrasse 7
5608 Stetten
076 531 87 07
info@priskas-beratung.ch
www.priskas-beratung.ch

Erfüllt und zufrieden sein

Angebote für ein Leben in Leichtigkeit
und Freude, in Stetten oder Online

- Hypnosetherapie, ergänzt mit Elementen der körperzentrierten Beratung in allen 6 Lebensdimensionen
- Selbsthypnose Kurse
- Kurse zur Selbstfindung
- Referate
- achtsame Waldläufe



Priskas
Körperzentrierte
Beratung



Lerne dich kennen und lieben!

Gerne begleite ich dich auf deinem Weg zu einem erfüllten und zufriedenen Sein, selbstbestimmt ankommen in deinem Fluss des Lebens.

Bei Krisen, Stress, psychischen Belastungen, Burnout, Ängste, Rauchstopp, Gewichtsregulierung sowie bei chronischen Schmerzzuständen unterstütze ich dich in ein Leben mit mehr Leichtigkeit und Erfüllung zu kommen.

Ja sagen zum Leben – Ja sagen zu dir!

Angebote:

In der Praxis oder Online:

Therapiesitzung	100 Franken/1 h
Kurse zu verschiedenen Themen	150 Franken/2,5 h

Vor Ort, Aargau und Zürich (andere Kantone auf Anfrage)

Referate:	200 Franken/ 1-1,5 h
-----------	----------------------

Achtsamkeit im Alter
Achtsamkeit in der Familie
Achtsamkeit als Frau

achtsame Waldläufe:

Stetten und Umgebung	100 Franken/2 h
weitere Orte auf Anfrage	

Als Hypnosetherapeutin, körperzentrierte Beraterin und Achtsamkeitstrainerin biete ich dir effektive und schnelle Unterstützung an, damit du dein Leben in Leichtigkeit und Freude genießen kannst. Ängste, Schmerzen, Burnout oder eine Sinnkrise lasten schwer auf dem Gemüt und lassen vergessen, wie frei und unbeschwert das Leben sein kann.

Zusammen finden wir den für dich richtigen Weg. Mit Hypnose, mit Imagination, mit Bildern, mit allen Sinnen, auch auf einem achtsamen Waldlauf, wenn gewünscht.

Hypnose ist ein Zustand in der Trance, bei der du dich fokussiert und dein Unterbewusstsein und Bewusstsein miteinander agieren. Du behältst jederzeit die Kontrolle darüber. Tiefsitzende Themen können so gelöst werden, Ängste werden abgebaut und du übernimmst wieder die Verantwortung für ein selbstbestimmtes Leben. Deine Ängste, Sorgen, Prägungen und Glaubenssätze haben nicht mehr die Überhand – du gehst frei deinen weiteren Weg.

Bei mir in der Praxis in Stetten oder Online (per Zoom) biete ich Therapiesitzungen, Kurse zu einzelnen Themen, sowie achtsame Waldläufe und Referate (vor Ort) an.

