



## Eine Synthese aus Ganzheitsmedizin & Persönlichkeitsentwicklung

Es gibt ein paar wichtige Grundvoraussetzungen, dessen Kenntnis und vor allem auch Umsetzung notwendig sind, damit wir im Geist, im Herzen und damit verbunden auch körperlich gesund bleiben und Heilung erfahren.

Diese Grundvoraussetzungen kann ein jeder für sich schaffen.

Wir alle wissen, wie wichtig positives Denken und die richtigen Glaubenssätze für unser seelisches und körperliches Wohlbefinden sind.

Doch die Gedanken allein sind es nicht, vielmehr ist entscheidend, dass sich die Wahrheit über uns und unser ursprüngliches Wesen wieder sichtbar wird und tief zellulär in uns verankert. Daher ist es unabdingbar, den Körper mit in unsere Heilungsarbeit einzubeziehen und ein neues, echtes Verständnis für dessen inneren Vorgänge, unsere Gefühle und Empfindungen zu entwickeln.

Wussten Sie, dass man in seinen Zehen Freude empfinden kann? Unsicherheit in den Knien, Liebe in den Beinen? Gefühle sitzen überall im Körper, nicht nur im Herz- oder Bauchbereich. Sie lenken uns bewusst oder unbewusst in jedem Moment unseres Lebens und leiten uns - wenn wir ihnen Beachtung schenken und danach handeln - auf sicherem Pfad durch unser Leben.

Es braucht manchmal einfach eine Erinnerung und vielleicht auch gezielten Schulung und Förderung unserer **Intuition**, eine Öffnung und Behebung **zellulärer Blockaden** und eine Ausrichtung unseres Focus auf die „**Innere Wahrheit**“.

Das Ergebnis ist eine gesunde und ehrliche Beziehung zu sich selbst, die auf einem unerschütterlichen Vertrauen fusst. So dass unsere volle Kraft wieder Einzug in unser Leben halten kann.

Wer stark und in sich gefestigt ist, ist frei von Abhängigkeiten und Manipulationen. Wer diese Art der Freiheit erlangt hat, hat beste Voraussetzungen, gesund zu bleiben oder werden.

## **Inhalte**

Meine Seminare orientieren sich stets an der aktuellen Situation, den Wünschen und Bedürfnissen der Teilnehmer. Ich gehe ohne ein festes Konzept in einen Seminar hinein und lasse die Arbeit entstehen. Auf diese Weise ergeben sich immer wieder neue Thematiken und Übungen.

### Theorie:

- z.B. über Zusammenhänge zwischen emotionalen Blockaden und den daraus entstehenden Symptomen und Erkrankungen
- sofern gewünscht Behandlung einzelner Thematiken anhand von Beispielen aus der Gruppe

### Praktische Übungen in folgenden Bereichen:

Sensibilisierung für die zelluläre Körperwahrnehmung

Wahrnehmung/Erspüren körpereigener Impulse und Empfindungen

Öffnung und Stärkung der Basisbereiche (Füße, Beine, Becken)

Aufnahme und Stärkung der Verbindung mit dem Inneren Kind

Intuitive Wahrnehmung

ggf. Einführung in Fokussierte Gesprächsführung, authentische Bewegung und authentischer Ausdruck (ehrliche mitmenschliche Kommunikation)

## **Seminarzeiten**

Freitag: 18:00 Uhr bis ca. 20:30 Uhr

Samstag: 10 Uhr bis 17:00 Uhr

Sonntag: 10 Uhr bis 16:00 Uhr

## **Seminargebühr**

290 € pro Teilnehmer und Wochenende zzgl. Übernachtungs- und Verpflegungsgebühr

## **Leitung**

**Dr. med. Gerlinde Laeverenz-Foti**

Am Schlossberg 1

93149 Stefling

Tel: 09436- 3026802

Email: [info@gerlinde-foti.de](mailto:info@gerlinde-foti.de)

## **Assistenz**

Das Workshopwochenende wird in der Regel von 1-2 Assistenten mit begleitet und unterstützt.

## **Information & Anmeldung:**

**Angelika Baumer**

Für nähere Informationen senden Sie bitte eine Email bzw. nutzen zur Anmeldung für ein Seminarwochenende das Anmeldeformular, welches Sie in der Rubrik „Seminare“ auf meiner Internetseite finden und ebenfalls an folgende Emailadresse senden:

**[seminare@gerlinde-foti.de](mailto:seminare@gerlinde-foti.de)**

Sollten Sie keine Email versenden können, dürfen Sie das Anmeldeformular selbstverständlich auch per Post an oben stehende Adresse senden.