

# *Sabine Stahl-Eilers*

## *Heilpraktikerin für Psychotherapie (HPG)*

# *Entspannungsabende*

*Wie oft hat uns der Stress täglich im Griff, wie oft hetzen wir viel zu schnell und unachtsam durch unser Leben? .*

*Sie kennen diese Situationen? Möchten einfach einmal abschalten und den Alltag für kurze Zeit Alltag sein lassen?*

*Wegen der großen Nachfrage biete ich ab September 2011 immer Freitags von 19.00 bis ca. 20.30 Uhr Entspannungsabende in meiner Praxis in Zetel an.*

*Sie werden in kleinen Gruppen von ca. 5 –6 Personen Phantasiereisen, Autogenes Training und Meditationen erleben können.*

*Es ist unbedingt eine vorherige Anmeldung notwendig, da die Räumlichkeit begrenzt ist. Rufen Sie mich an oder verwenden Sie das Kontaktformular auf meiner Homepage.*

*Bitte bequeme Kleidung tragen und eine Decke sowie dicke Socken mitbringen, da wir es gemütlich haben möchten. Falls Sie gerne Liegen beim Entspannen, bringen Sie sich auch eine weiche Unterlage mit (z.B. Yogamatte oder Gymnastikmatte). Getränke und Gebäck stehen zur Verfügung.*

*Kosten pro Teilnehmer: 8 Euro*

*Sabine Stahl-Eilers*

*Feldhörn 68a, 26340 Zetel*

*Email: [praxis-stahl-zetel@web.de](mailto:praxis-stahl-zetel@web.de)*

*Telefon: 04453-986 555*

*Internet: <http://www.heilpraktikerin-stahl-zetel.de>*