



**Paul
(Heilpraktiker)**

**Tordis
(Dipl.-
Psychologin)**

InBalance



**MINI-RETREAT:
GELASSENHEIT UND
SELBSTWIRKSAMKEIT IM ALLTAG**

Mini-Retreat für dich

- Wie möchtest du durchs Leben gehen?
- Möchtest du gerne mit mehr **Leichtigkeit** und **Gelassenheit** durch den Alltag schweben?
- Weißt du, was für dich gut ist?
- Was könntest du selbst dazu beitragen?
- Was trägst du dafür eigentlich schon in dir?

Wir glauben daran, dass jeder Mensch in der Lage ist, erstaunliche Dinge zu erreichen, wenn er Werkzeuge an der Hand und das Vertrauen in seine eigenen Fähigkeiten hat.

- Wir begleiten dich dabei, deine **Selbstwirksamkeit** zu stärken und geben dir dafür einfache, handhabbare Mittel an die Hand, dir deiner emotionalen Zustände bewusst zu werden und zu deiner **inneren Balance** zu kommen.
- Die Schritte müssen meist gar keine großen sein!
- In einem geschützten Raum von max. 10 Teilnehmern kannst du dich auf Wahrnehmungs-Übungen, NLP-Praktiken, Körperarbeit und Meditation freuen.



www.in-balance.space

InBalance

A decorative graphic of a balance scale is positioned at the bottom of the page. It features a horizontal wooden beam supported by a central wooden sphere, with a thin wooden line extending from the beam to the right.