

Atemtherapie zur Burnout Prävention im BOZM BurnOut Zentrum München

„Der Atem ist das schwingende Band zwischen Körper, Seele und Geist.“

Romano Guardini

Brauchen Sie eine Atempause vom Alltagsstress?

Wollen Sie sich selbst kennen lernen und herausfinden,
wie Sie im Grunde gemeint sind?

Sehnen Sie sich danach, freier, gelassener und heiterer zu leben?
Wollen Sie Ihre Achtsamkeit entwickeln, um Ihre ureigenen
Bedürfnisse besser ‚wahr‘ nehmen zu können?

Wer lernt, die Warnglocken des Körpers und der Seele zu hören, kann
rechtzeitig handeln und einen Burnout vermeiden.

*„Das Kraut des Heilers, das Messer des Wundarztes heilen von
außen.*

Der Atem heilt von innen.“

Paracelsus

Zeit: dienstags 10:30 – 12:00

Ort: BOZM, Nymphenburgerstr.36 / Rückgebäude

Andreas Ohlendorf, Atemtherapeut, Dipl. Volkswirt

Weitere Informationen und Anmeldung:

Telefon: 089. 20 06 25 99

Fax: 089. 20 06 25 88

Email: andreas_ohlendorf@web.de