



„Im Burnout gelandet ... und wie geht's wieder raus?“

Erschöpft, ausgebrannt, Kraft und Freude für das alltägliche Leben fehlen. Menschen, die den Weg in meine Praxis finden, kommen meist erst, wenn sie sich so fühlen und Sie fragen sich:

- 🕒 Wie konnte es so weit kommen?
- 🕒 Wo liegen die möglichen Ursachen: im Körperlichen, in der Ernährung, mental, emotional, spirituell?
- 🕒 Und – wie kommt „Mensch“ da wieder raus und in seine Kraft und Freude?

Diese Fragen beleuchten wir ganzheitlich für Körper, Geist und Seele aus Sicht von TCM, Energetik, Spiritualität und Ernährung.

Praktische Übungen begleiten den Vortrag.