



Praxis für Psychotherapie und mehr

Beate Peetz-Fuhse

Gesundheits-Coach

E-Mail: Beratung-Fuhse@t-online.de

Homepage: www.Beratung-Fuhse.de

Dr. rer. nat. Jürgen Fuhse

Heilpraktiker (Psychotherapie)

Tel.: 02974 / 96 82 812



Fasten im Alltag

(Neu im Angebot)



Eine Begleitung für all diejenigen, die nicht allein Fasten wollen und den Austausch in einer Gruppe bevorzugen. All dies im gewohnten Alltag.

Fasten bedeutet, für eine bestimmte Zeit, der freiwillige Verzicht auf feste Nahrung.

Beim Fasten wird der Körper von der Verdauungstätigkeit entlastet und kann Altes loslassen und ausscheiden. Der gesamte Stoffwechsel kann sich entspannen. Dadurch können die körpereigenen Selbstheilungskräfte aktiviert werden und das Immunsystem wird gestärkt. Unterstützen kann das Fasten z. B. bei Rheuma, Arthrose, Bluthochdruck, hoher Cholesterinspiegel, Adipositas und bei allerlei Wechseljahresbeschwerden.

In diesem Seminar begleite ich Sie durch Ihre Fasten-Zeit. Wir haben insgesamt sechs Termine, an denen ich Ihnen die Basics des Fastens erläutere, was während dieser Zeit im Körper geschieht, wo wir uns Einstimmen, die Fastenzeit im gemeinsamen Austausch erleben und zum Abschluss ein gemeinsames Fastenbrechen praktizieren.

Es begleitet Sie Beate Peetz-Fuhse, Gesundheits-Coach, Wildkräuter- und Heilpflanzenpädagogin, Reiki-Lehrerin und Fastenbegleiterin. Ebenfalls besteht die Möglichkeit der psychotherapeutischen Beratung.

Ich freue mich auf Sie, den Weg gemeinsam mit Ihnen zu gehen. Inbegriffen sind die Getränke bei unseren Treffen sowie umfangreiche Seminarunterlagen.

Bei Fragen rufen Sie mich bitte an, ich beantworte diese gern.

Termine:

Von 18:00 bis ca. 20:00 Uhr

11.04.2023

14.04.2023

17.04.2023

19.04.2023

21.04.2023

22.04.2023 (**10:00 Uhr**)

Ausnahme: Am 17.04. beginnen wir schon um 17:00 Uhr)

Honorar:

Einführungspreis 145,00 €

Teilnehmer:

4 bis max. 6 Personen

Verbindliche Anmeldung bis zum 01.04.2023

Hier geht es zur Anmeldung:

Tel.: 02974 / 96 82 812

oder

[Kontaktformular](#)

Seminarort:

Praxis für Psychotherapie und mehr

Am Wiesentor 19

57392 Bad Fredeburg