

Klangerlebnis Naturschallwandler® mit Vortrag

Samstag, 18. April von 14.00 - 17.00 Uhr

Bringen Sie Ihre Lieblings-CD mit und erleben Sie Ihre Musik in den Naturschallwandlern® als wären Sie mitten in einem Konzert. Dabei können sich Ihre Gehirnhälften ausgleichen und ihr Körper entspannen.

14.30 Uhr – Vortrag: Stressregulation über die Sinne

Bei Stresssituationen im Alltag braucht es eine gute Regeneration. Ist der Mensch z.B. im Dauerstress durch eine Überbelastung der körperlichen, emotionalen oder psychischen Kapazität, kann die Fähigkeit der natürlichen Selbstregulation beeinträchtigt werden. Wie wir unser Nervensystem bei der Regulation unterstützen können und wie die Naturschallwandler® wirken, erläutere ich in einem kurzen Vortrag.

Herzlich Willkommen – der Eintritt ist frei.



Praxis im Leben

Karin Portmann

Obertor 35, 2. Stock

8400 Winterthur

Tel. 079 214 03 91

www.imleben.ch