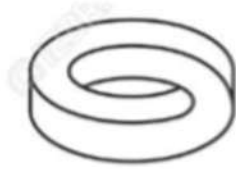


DIE GABE FRAU ZU SEIN

Seminar-Workshop
Hormone und Menopause

INSTITUT FÜR INTEGRATIVE GESUNDHEITSFÜRSORGE

Dr. med. Dilek Ister



**mit
Sofia Hirmer**

DR. MED. DILEK ISTER

Dr. med. Dilek Ister vermittelt den Teilnehmerinnen in diesem Workshop anschaulich und verständlich Wissen über bio-psycho-soziale Mechanismen in der Menopause:



- Weibliche Hormone und ihre Wirkungsweise im Körper
- (Neuro-) Endokrinologie des weiblichen Zyklus
- Hormonelle Veränderungen und ihr Einfluss auf verschiedene Organsysteme in der Prä- und Perimenopause, in der Menopause und danach
- Körperliche Veränderungen, seelische Herausforderungen, mentale Hürden:
Hitzewallungen, Schlafstörungen, Schmerzen & Co.
Warum passiert was passiert?
- Sinnlichkeit, Sexualität und Partnerschaft im Wandel der Zeit während und nach der Menopause
- Zielführende Diagnostik für einen persönlichen individuell angepassten Übergang in die 2. Lebenshälfte
- Möglichkeiten einer sicheren Behandlung: was, wann, wie?
- Einblicke in die wissenschaftliche Datenlage und Quellen

•• *EINST WARD DORT EIN
MYSTERIUM UM EIN FLÄMMCHEN
TIEF IN UNS, FEUER GAR...* ••

SOFIA HIRMER

Sofia Hirmer unterstützt die Teilnehmerinnen dieses Workshops, die Geschenke dieser besonderen Lebensphase zu erkennen und zeigt Methoden, diese zu aktivieren, zu stärken und in das Leben zu integrieren.

Die Erkundung unserer Qualitäten kann uns dabei helfen, den körperlichen, geistigen und emotionalen Wandel in den Wechseljahren besser und gesünder zu vollziehen und ungewollte Glaubenssätze und Verhaltensmuster zu transformieren.

Ziel ist es, mit Strahlkraft und Vitalität durch das Leben zu gehen! Übungen aus einer Kombination von Methoden aus Sexual- und Traumatherapie mit Elementen aus der Meditationslehre und des Yoga zeigen Wege, innere Wunden zu heilen, Konflikte aufzulösen, achtsam und fokussiert mit der eigenen Energie umzugehen, Selbstliebe und Mitgefühl zu stärken, um die Schönheit und Weisheit der Reife auch in Partnerschaft, Beziehungen und Kommunikation zu nutzen.

•• SCHÖNHEIT BEGINNT IN DEM
MOMENT, IN DEM DU BESCHLIESST,
DU SELBST ZU SEIN. ••

(COCO CHANEL)



WORKSHOP/SEMINAR...

...zur Vereinigung von Wissenschaft mit verschiedenen Philosophien und Techniken der Heilkunst.



Dr. med. Dilek Ister:

Herzchirurgin,
Therapeutin für Psycho-Neuro-Immunologie
www.kpni-wiesbaden.de



Sofia Hirmer:

Heilpraktikerin, Homöopathin,
Sexual- und Traumatherapeutin
www.sofia-hirmer.com

Tag 1 (Samstag 23.11.2024)

Gemeinsam den Raum für Heilung öffnen,
energetische Kanäle aktivieren und in tiefer
Verbundenheit austauschen

Tag 2 (Sonntag 24.11.2024)

Wissen und Heilung mit Dr. med. Dilek Ister
(Schulmedizin) und Sofia Hirmer (Yogische &
alternative Heilmethoden)

Anmeldung:

 info@kpni-wiesbaden.de

Kosten:

€ 23.11: 90,- | 24.11: 320,-

 **München**

(Genauere Bekanntgabe nach Anmeldung)

Bitte mitbringen:

- Yogamatte
- Meditationskissen
- Decke





☺ ALT UND WEISE MÖCHTE ICH WERDEN
UND UNERSCHROCKEN.
EINE EIGENSINNIGE ALTE
MIT SILBERNEN HAAREN,
OHNE STRÜMPFE IN LILA SANDALEN,
UND LACHFALTEN MÖCHTE ICH HABEN,
GANZ VIELE. ☺

(ANNE STEINWART)