

## Workshop: My body is my home



Unser Körper ist das zu Hause für uns und unsere Seelen ein ganzes Leben lang. Umso wichtiger ist es sich darin verbunden und zu Hause zu fühlen.

Wie fühlt sich zu Hause sein denn überhaupt an?

Oder tut mir immer mal wieder etwas weh?

Wie geht es mit Stress?

Was macht das Cortisol und die Reaktion unseres Nervensystems mit Stress?

**Und das Allerwichtigste, wie schaffe ich immer wieder ein zu Hause in mir?**

**Mit schönen Meditationen, Übungen, schönster Kreativität und Heilungsmomenten geniessen wir den Tag und regenerieren uns tief von innen auf.**

Mein ganzes medizinisches, ganzheitliches und spirituelles Wissen bringe ich mit für einen wundervollen Tag, an dem auch Platz für Fragen und Verknüpfungen von psychosomatischer Sicht her Klarheit bekommen können.

**Mit Angeles erfahren wir einen Zaubermoment und erschaffen etwas Wunderbares, dass Du auch mit nach Hause nehmen kannst und Dich weiterträgt.**



Angeles Castro



Ich freue mich sehr auf Dich



Herzlich Sarita Auf der Mauer

### Anmeldung und Informationen:

**Wann:** 3. Nov. 2024 10.00 - 17.00 Uhr

**Wo:** Vordere Vorstadt 5, Aarau

**Parkmöglichkeiten:** im Parkhaus Bhemen, der Bahnhof ist auch ca.7 Gehmin. entfernt.

**Anmeldung per Whats App:** 076 374 93 88.

**Die Teilnehmerzahl ist limitiert, save your healing Date.**

**Kosten:** 210.00 FR. gerne per Twint

**Essen:** Ich bringe etwas Warmes mit du es wäre super schön wenn jeder etwas für ein Sharing Buffet mitnehmen würde.

**Annulierungen:** bis 19.10.frei, ansl. Wird der volle Preis in jedem Fall verrechnet.

Es wird wundervoll - Happy to see you there my beloved Ladies

Deine

Sarita