

Kräfte zur Selbstheilung

Vortrag bei Ophelia an der Ostpassage

Langenhagen. Das Ophelia Beratungszentrum an der Ostpassage 9 lädt anlässlich des Weltfrauentages zu einem Vortrag am Donnerstag, 9. März, um 17.30 Uhr ein.

Das Thema lautet „Selbstheilungskräfte entdecken und nutzen“. Durch die Idee der Beherrschbarkeit von Krankheit gerät die Idee der Selbstheilung in den Hintergrund. Üblicherweise werden Symptome von Beschwerden behandelt, statt nach den Ursachen zu forschen. Vor allem bei chronischen Erkrankungen ist aber unser ganzes System betroffen. Zudem können lang andauernder Stress, Gefühle der Hilflosigkeit und fehlender Hoffnung sowie selbstschädigende Gedanken und einschränkende Verhal-

tenismuster die regulativen Kräfte unseres Körpers und unserer Psyche behindern. Wie wirken diese selbstregulativen Kräfte und wie können wir sie im Alltag besser nutzen und fördern? Die Referentin Edith Ahmann, Heilpraktikerin und Geschäftsführerin des Vereins Frauen- und Mädchen-Gesundheits-Zentrum Region Hannover, zeigt in diesem Vortrag, wie Selbstheilungskräfte wiederentdeckt, ausgebaut und regelmäßig eingesetzt werden können.

Gäste sind zu diesem Vortrag willkommen, der Eintritt ist frei; um Anmeldung bis Dienstag, 7. März, per E-Mail info@opheliangenhagen.de oder telefonisch unter (0511) 724 05 05, wird gebeten.