



*2024 Sei dabei:*  
Samstags-Workshops  
Selbstwert-Training

# MENTALE STÄRKE

Andrea Scherer  
PEP® nach Dr. Michael Bohne  
Weit mehr als eine "Klopftchnik"...

Wochenend-Workshops im Movimento, Basel

# Wie gelingt ein starkes emotionales und kognitives Immunsystem?

Auch wer nicht offen über seine Problemstellungen sprechen mag, kann von den vermittelten Techniken wie dem Klopfen und PEP® nach Dr. Michael Bohne profitieren.

Wir arbeiten intuitiv und körperbezogen an den sogenannten 5 "Selbstwerträubern" und ermitteln dabei persönliche Strategien im Umgang von Unsicherheiten und Konflikten mit uns selbst und anderen.

Die Transformation des Blickwinkels auf unsere Stärken und Schwächen kann sich positiv auf unser Stresserleben auswirken und ebnet bestenfalls den Weg, unser Potenzial wieder blühen und sich weiter entfalten zu lassen.