

STRESSBALANS WORKSHOPS 2012



Het TOP Programma van Stressbalans is de Workshop: **Beter met Hypnose 3**

Beter met Hypnose 3 is samengesteld uit succesvolle technieken die door therapeuten worden gebruikt.

Doel van Beter met Hypnose 3 is dat je deze tools zelf leert toepassen zodat je de balans blijvend kunt handhaven.

Als doel van alle trainingen geldt dat deze in bepaalde situaties als 'automatisme' in werking treden.

Iedereen die moeilijke periodes in zijn leven heeft doorgemaakt wil dat nooit meer. Wat de toekomst brengt weet niemand. Na deze workshop ben je voorbereid op alles wat zich in de toekomst aandient! Je leert alle technieken die nodig zijn om psychisch in balans te komen en te blijven. Stress is een van de grootste veroorzakers van alle ziekteverzuim en van een zeer lange lijst andere ongewenstheden. Ook het immuunsysteem wordt beïnvloed door stress, met alle gevolgen van dien. Gevolgen kunnen zeer verschillend van aard zijn. Voorbeelden zijn ziekteverzuim, vervelende stressuitingen zoals lusteloosheid, hoofdpijn, vermoeidheid, uitputting en ga zo maar door. Dat is na deze workshop van een andere orde. Situaties die voorheen je 'stresspeil' liet 'koken' zullen voortaan met andere reacties worden beantwoord dan voorheen omdat je ze ook anders zult ervaren. Stress zal beheersbaar zijn.

Workshops met nadruk op bepaalde onderwerpen

- Beter met Hypnose 1. € 10 p.p. 2 uur. 2 oefeningen. Nadruk op Algemene Klachten
- Beter met Hypnose 2. € 15 p.p. 3 uur. 3 oefeningen. Nadruk op Presteren
- Beter met Hypnose 4. € 15 p.p. 3 uur. 3 oefeningen. Nadruk op Pijnklachten
- Beter met Hypnose 5. € 15 p.p. 3 uur. 3 oefeningen. Nadruk op Emotionele Pijn

Workshops:

- Beter met Hypnose 3 € 275 p.p. 8 sessies. 2 uur per week. Groep. Preventie Stress- en Burn-out
- Zelfhypnose. € 175 p.p. 5 sessies. 1 uur per week. Privé
- Adem & Ontspanning € 105 p.p. 3 sessies. 1 uur per week. Privé
- Autogene Training € 105 p.p. 3 sessies. 1 uur per week. Privé
- Zintuig Training € 105 p.p. 3 sessies. 1 uur per week. Privé

Groepen starten bij minimaal 12 aanmeldingen.

Inschrijving per groep, vereniging e.d. op locatie en met korting is mogelijk.

Technieken afhankelijk van de gekozen Workshop:

- Adem & Ontspanning het begin van alle activiteiten...
- Autogene Training het lichaam beter leren kennen...
- Zelfhypnose geeft vele mogelijkheden...
- Imagination gebruik maken van fantasie...
- Zelfgenezing herstel d.m.v. hypnose...
- Autosuggestie goed gevoel omdraai technieken...
- Chakra Balans balans in de levensenergie ...
- Concentratietraining je zintuigen verbeteren...
- Tuning je lichaam en geest afstemmen...

Beter met Hypnose 3 bevat alle technieken

- Informatie 06 48 333 299
- Per Mail info@stressbalans.com
- Website www.stressbalans.com

Levering van diensten volgens de voorwaarden van MediCas.

Deze zijn gedeponeed bij de KvK te Breda.