



Petra Isenberg

Praxis für Naturheilkunde
und Bewegungsräume

Newsletter 1-2020

Interaktive Vortragsreihe: **Schatzkiste Leben**

In über 30 Jahren beruflicher Tätigkeit durfte ich die unterschiedlichsten Menschen auf ihren vielfältigen Lebenswegen begleiten. Dafür bin ich sehr dankbar – ich liebe es, meinen Beruf auszuüben und lerne immer weiter dazu. Den Reichtum des Lebens in seiner Tiefe zu erfahren begreife ich als einen großen Schatz und auf dieser Grundlage ist die Idee für ein neues Projekt entstanden: Im Frühjahr 2020 startet eine Vortragsreihe, in der Aspekte des Lebens aus unterschiedlichen Perspektiven beleuchtet werden. Ein Teil der Vorlesung besteht aus der Theorie – du erfährst etwas über Denkansätze, Forschungsergebnisse und Handlungskonzepte aus naturheilkundlichen und wissenschaftlichen Bereichen. Der Fokus dieser Veranstaltung liegt auf der Interaktion mittels sanfter Übungseinheiten. Du bist eingeladen, Raum zu schaffen für deine eigenen Wahrnehmungen und Erfahrungen. Zum Auftakt habe ich das Thema „Wandlungen“ gewählt.

Termin: Mittwoch, 27.05.2020, Beginn 18:30 Uhr

Dauer ca. 100 Minuten, max. 6 Teilnehmer*innen

Ort: meine Praxis **Kosten:** 35 Euro pro Teilnehmer*in

Lesung: **Entdecke die Welt**

Mit Geschichten aus Büchern die Phantasie beflügeln ...

Wir lesen vor und laden Euch ein, dabei zu sein! Die Veranstaltungen sind kostenlos und richten sich an Kinder ab 3 Jahren.

Termine: Mittwochs, 11.03./03.06.2020, jeweils um 15:30 Uhr

Ort: KÖB St. Dionysius, Longericher Hauptstr. 62, 50739 Köln





*Herzlich Willkommen
bei der Lektüre meines neuen Newsletters,
viel Spass dabei!*

Petra Isenberg

Praxis für Naturheilkunde

Zu mir in die Praxis kommen Menschen, die Rat suchen, sich informieren wollen, oder Unterstützung wünschen. Dabei geht es um Fragen und Anliegen, die die eigene Gesundheit oder Lebenssituation betreffen, oder auch die der Kinder oder Familie. Ich arbeite mit allen Altersgruppen, begleite Familien generationenübergreifend.

Meinen Beruf als Heilpraktikerin auszuüben bedeutet für mich, Menschen aus ganzheitlicher Sichtweise heraus bei der Entfaltung eigener Potenziale und auf dem Weg hin zu Selbstverständnis und Eigenverantwortung zu begleiten.

In meine Arbeit fließen Erfahrungen und Handwerk alter Heiltraditionen ein, sowie Erkenntnisse moderner wissenschaftlicher Forschung. Ob es eine naturheilkundliche Behandlung braucht, eine Massage zur Entspannung, ein Coaching zur Begleitung in Konflikt- oder Trauersituationen, oder eher ein Trainingskonzept zum Stressausgleich – welche Methodik zum Einsatz kommt, richtet sich nach dem jeweiligen Bedarf und wird individuell abgestimmt.

IMPRESSUM

Petra Isenberg | Praxis für Naturheilkunde und
BewegungsRäume | www.praxis-isenberg.de
Dionysstr. 13 | 50739 Köln-Longerich | Tel.: 0221-7771041 IBAN
DE05 3705 0198 0129 0330 23 | BIC COLSDE33XXX

BewegungsRäume®

Der Name **BewegungsRäume®** steht für ein von mir entwickeltes Trainingskonzept, das sich zur Schulung der eigenen Körperwahrnehmung eignet. Oft kommt es zu belastenden Symptomen und körperlichen Einschränkungen, wenn aufgrund lang bestehender und häufig unbewusster, automatisierter Körperhaltungen und Bewegungen die natürliche Physiologie gestört wird. Je nach Ausprägung ist von Bewegungsfreude keine Spur mehr ...

Orientiert an ureigenen Ressourcen fördert das Training der **BewegungsRäume®** Bewegung in ihrer natürlichen Form. Mithilfe von Meditation und sanften Übungen verfeinert sich die Sensibilität- gewohnte Bewegungsabläufe und Spannungszustände werden erfahrbar. Auf eine spielerische, leicht zugängliche Art entstehen alternative, unterstützende Haltungen und Bewegungsformen. Der Körper bekommt die Möglichkeit, sich neu auszurichten, es entsteht Raum für Freude und Wohlbefinden.

Seit einigen Jahren gibt es in Longerich eine offene Übungsgruppe im Kursformat. Der neue Kurs startet im Januar 2020.

Eine erste Schnupperstunde ist kostenlos, bitte vorher anmelden.

Termin: Freitags, von 09:30 bis 10:30 Uhr

Ort: Bella Danza, Studio für Tanz und Bewegung,
Dionysstr. 32, 50739 Köln-Longerich

Kursgebühr: 94 Euro (für 7 Termine)

Einzeltermin: 15 Euro

Ein Training der **BewegungsRäume®** ist auf Wunsch auch als Einzeltraining oder Training in anderem Gruppenformat möglich, Konditionen nach Absprache.