

**Wann:**

Sonntag, 15.09.2019  
9.00 bis 12.00 Uhr

**Wo:**

Anicks Café Lädchen  
Hauptstraße 96  
66583 Spiesen-Elversberg

Frühstück mit anschließendem Vortrag.  
**Vortrag ist kostenloses für alle.**

**Referentin:**

Anne-Kathrin Koch  
Heilpraktikerin für Psychotherapie  
Beziehungs- und Kommunikationscoach  
Praxis für glückliches, lebendiges &  
erfolgreiches Miteinander  
[www.anne-kathrin.de](http://www.anne-kathrin.de)

**Weitere Auskünfte  
und Anmeldung:**

Ute Born-Hort  
Tel. 0 68 21 - 91 45 900

Anne-Kathrin Koch  
Tel. 0 68 21 - 7 16 72  
[info@anne-kathrin.de](mailto:info@anne-kathrin.de)

[anmeldung@kneipp-verein-spiesen.de](mailto:anmeldung@kneipp-verein-spiesen.de)  
[www.kneipp-verein-spiesen.de](http://www.kneipp-verein-spiesen.de)

**Um Anmeldung wird gebeten.**

# Selbst-Bewusst zum Ziel



**Sonntag,  
15.09.2019  
9.00 bis 12.00 Uhr**



The logo for the Kneipp Verein Spiesen. It features the word "Kneipp" in large blue letters, with "Verein" in red above it and "Spiesen" in red below it. A small green leaf icon is positioned above the "Verein" text.

## Tipps um Selbst-Bewusst zu werden

Selbst-Bewusst-Sein ist lernbar und beginnt im Inneren: in der Art, wie wir denken und fühlen - und dann auch handeln.

Es wird an diesem Morgen nicht darum gehen, wie Sie selbstbewusst in der Körpersprache auftreten oder andere in Ihre Richtung manipulieren können.

Stattdessen lernen Sie Werkzeuge, mit denen Sie innere Blockaden aus dem Weg räumen können, so dass Ihr Bestes, in all seiner Kraft und Schönheit, automatisch zum Vorschein kommen und Ihr weiteres Handeln bestimmen kann.



## Anne-Kathrin Koch - Die Referentin

Anne-Kathrin Koch ist Heilpraktikerin für Psychotherapie sowie Beziehungs- und Kommunikationscoach mit eigener Praxis in Spiesen-Elversberg. Sie bietet sowohl Seminare als auch Einzelsitzungen an.

Anne-Kathrin Koch hilft ihren Klienten dabei, ihr Leben und ihre Beziehungen glücklicher, lebendiger und erfolgreicher zu gestalten, selbst, wenn der andere nicht mitmacht.

Das gemeinsame Frühstück und der ca. 1,5 stündige Vortrag findet in Anicks Café Lädchen, Hauptstraße 96 in Spiesen statt.