

**WIRF EINEN TIEFEN
BLICK AUF DIE NATUR
UND DU WIRST ALLES
BESSER VERSTEHEN.**

(ALBERT EINSTEIN)

KONTAKT:

Stefanie Kath-Müller
Burghardtstrasse 3
74722 Buchen

Telefon: +49 172 891 6535
Mail: s.kath-mueller@web.de

MEHR DETAILS UND TERMINE:

[HTTPS://KURZELINKS.DE/RWTR](https://kurzelinks.de/rwtr)



Mit Natur-Resilienz-Trainings©
kommst Du Deinen Potentialen
auf die Spur und füllst Deine
inneren Kraftreserven wieder auf.

**NATUR-RESILIENZ-
TRAINING®**

ZUR STÄRKUNG DES
IMMUNSYSTEMS UND DEINER
PSYCHISCHEN WIDERSTANDSKRAFT

AUFTANKEN ME-TIME AUSZEIT

WER DAHINTER STECKT

Dürre, Schädlinge, Stürme: Vieles macht der Natur zu schaffen. Und doch können wir immer wieder beobachten wie Bäume, Wälder und ganze Ökosysteme damit zurechtkommen und einen alternativen Weg finden.



Manchmal beginnt ein neuer Weg nicht damit, Neues zu entdecken... sondern damit, Altbekanntes mit ganz anderen Augen zu sehen.

Seit über 20 Jahren beschäftige ich mich mit dem Thema Stressprävention. Dafür habe ich über die Jahre viel Selbsterfahrung gesammelt und verschiedene Methoden erlernt, die ich individuell und intuitiv einsetze. Mein Anspruch ist es, ein ganzheitliches Programm zu bieten, das Körper, Geist und Seele anspricht. Ich kombiniere daher Methoden aus dem systemischen Coaching, der systemischen Beratung, der Meditation, dem Yoga, der Achtsamkeit Praxis und dem Natur-Resilienz -Training©.

DEIN WEG ZU MEHR GELASSENHEIT UND INNERER STÄRKE

In einer Welt lebend, manchmal aufgerüttelt und innerlich gespalten durch Themen wie Klimawandel, Umweltverschmutzung, Ausbeutung, Krieg, Völkermord und Hungersnöte, können auch wir Menschen, als Teil der Natur, immer wieder einen neuen Weg finden. Die Natur kann uns dabei helfen, unsere Ressourcen und Stärken zu erkennen, um Stürme und Wellen im Leben zukünftig eher als Chance zu nutzen, mit Leichtigkeit und Schwung zu unserem Ziel zu gelangen oder gestärkt aus einer Krise hervorzugehen.