



## Elternworkshop

### „Achtsame Kindererziehung“

am 06. Mai 2019

19:00 – 21:00 Uhr

in der Praxis Dialog

(Alte Poststr. 2 49492 Westerkappeln)

Referentin: Gabi Mersch [www.gabimersch.de](http://www.gabimersch.de)

**Möchten Sie mehr Leichtigkeit in die Kindererziehung  
und in Ihr Familienleben bringen?**

Dann lade ich Sie herzlich dazu ein, sich zwei Stunden lang Zeit dafür zu nehmen, sich mit dem Thema „**Achtsame Kindererziehung**“ zu beschäftigen.

Ich bringe „**10 Tipps zur achtsamen Kindererziehung**“ mit, die zum Nachdenken anregen und sich leicht im Alltag umsetzen lassen. Kurze Impulsvorträge, kleine Übungen und Dialoge in der Gruppe wechseln sich ab.

Mit mehr Bewusstheit und Achtsamkeit für alle Familienmitglieder lässt sich auch Ihr Alltag harmonischer gestalten!

**Ihre Investition: 20,00 €** (incl. Wasser)

**Ich bitte um kurze telefonische Anmeldung bis zum 03. Mai 2019:**

Gabi Mersch

Mobil: 0170/5425458 [info@gabimersch.de](mailto:info@gabimersch.de) [www.gabimersch.de](http://www.gabimersch.de)

# Magic Words



## Eltern-Workshop:

„Stress abbauen mit **Magic Words**“

am 03. Juni 2019

19:00 – 21:00 Uhr

in der Praxis Dialog

(Alte Poststr. 2 49492 Westerkappeln)

Referentin: Gabi Mersch [www.gabimersch.de](http://www.gabimersch.de)

Ich lade Sie herzlich dazu ein, sich zwei Stunden lang Zeit dafür zu nehmen, sich mit dem Thema „**Magic Words**“ zu beschäftigen und Stresswörter in Kraftwörter zu verwandeln!

Während uns z.B. das Wort „Wochenende“ beflügeln kann, ist es bei Stresswörtern wie z.B. „Zeitdruck“ umgekehrt. Wenn wir diese Wörter nur hören reagieren wir schon mit Stress.

Nach einem kurzen Impulsvortrag über die Methode und seine Wirkung auf unser Gehirn verwandeln Sie selbst Ihre persönlichen Stresswörter in Kraftwörter und können zu Hause jedes beliebige Wort selbst oder auch mit Ihren Kindern verwandeln.

Der Abbau von Stress ist mit dieser erfolgreichen Methode schnell spürbar und bringt Leichtigkeit!

**Ihre Investition: 20,00 €** (incl. Wasser)

**Ich bitte um telefonische Anmeldung bis zum 31. Mai 2019:**

Gabi Mersch

Mobil: 0170/5425458 [info@gabimersch.de](mailto:info@gabimersch.de) [www.gabimersch.de](http://www.gabimersch.de)