



## **Selbstbehandlungstools Webinar-Workshop für alle Interessierten**

Wir möchten die Zeit um Weihnachten nutzen, um in dieser ursprünglich besinnlichen Zeit, gerade in der aktuellen Situation auf die besonderen Anforderungen an unser Immunsystem einzugehen. In einem gemeinsamen Webinar werden “Eigenbehandlungstools“ hierzu gelehrt und gemeinsam vertieft. Vermittelt wird u.a. das Know-How, mit eigenen Händen das Immunsystem zu stärken und sich bei jeder Form von Belastung „fit“ zu halten.

Neben diesen physischen und biochemischen Eigenbehandlungsmöglichkeiten sind auch Hand-On Tools Teil des Webinars, die unsere Herzöffnung unterstützen und auch emotionale und mentale Unruhen bewältigen können.

Dies alles lässt sich mit den eigenen Händen praktizieren und - nicht ganz unwesentlich - diese Möglichkeiten sind bereits zu Teilen wissenschaftlich erforscht; auch hierauf wird Hildegard Stenda, Leiterin der Introtone® Academy und Stenda Clinic, eingehen.

An 4 Abenden, jeweils über 2 ½ Stunden, wird das Selbstbehandlungsmaterial gemeinsam erarbeitet. Ein Lehrskript wird zu Beginn des Webinars versandt. Zudem werden die wesentlichen Informationen mitgeschnitten und stehen über einen Link zum Nachhören und Herunterladen zur Verfügung.

Technische Voraussetzung für die Teilnahme: Computer mit Kamera und Mikrofon sowie Internetanschluss.

### **Termine:**

**Anmeldung unter:** [info@stendaclinic.de](mailto:info@stendaclinic.de)

**Wichtig:** im Betreff angeben: „**Selbstbehandlungstools Weihnachtsseminar 2021**“.

**Anmeldeschluss:** 08. Dezember 2021

Im Anschluss an Ihre Anmeldung erhalten Sie einen Tag vor Kursbeginn die Einwahldaten für Zoom sowie das Lehrskript.

- **Webinar:** Selbstbehandlungstools, immer mittwochs am:
  - **15. Dezember 2021** von 18 Uhr bis 20.30 Uhr
  - **22. Dezember 2021** von 18 Uhr bis 20.30 Uhr
  - **15. Januar 2022** von 18 Uhr bis 20.30 Uhr
  - **22. Januar 2022** von 18 Uhr bis 20.30 Uhr

**Dozentin:** Hildegard Stenda, HP, IMTc, Dipl. mus.

**Kursgebühr:** 680€ zzgl. MwSt.