

HÖR DEM KÖRPER ZU

er ist dein Schiff, das dich durch das Meer des Lebens trägt. Die Hülle, die deine Erfahrungen umschliesst und dich auf deiner Reise begleitet.

LASS DIE GEDANKEN LOS

sie sind deine Segel, die den Wind deiner Ideen fangen. Manchmal sanft. Manchmal stürmisch. Jedoch stets in Bewegung.

GIB DEN GEFÜHLEN RAUM

sie sind deine Wellen, die dich tragen. Ja manchmal sogar über Board werfen. Sie sind die Kräfte die antreiben. Dich manchmal auch herausfordern.

SEI ANNEHMEND

Im Ozean von Körper, Gedanken und Gefühlen
kannst du navigieren lernen – gemeinsam bilden
sie das Abenteuer, das wir Leben nennen.

Gerne begleite & unterstütze ich dich auf dieser Reise.

Selbstakzeptanz. Selbstvertrauen. Selbstbewusstsein.
Selbstwertgefühle. Selbstwirksamkeit.

Es gibt mehr davon, auch für dich.

Sandra Surace

MENSCHEN STÄRKEN – RESSOURCEN FÖRDERN

Psychologische Einzel- & Paarberatung
Zentrum für körperliche & mentale Gesundheit

Falkenweg 3a
3012 Bern

076 383 62 09

www.lebensdimension.ch