



Jetzt wird gefeiert!

5 Jahre Praxisbestehen - nicht gefeiert. 10 Jahre - nicht gefeiert, 20 Jahre - auch nicht gefeiert. Aber jetzt feiern wir das **21. Jubiläum!** Es wird Zeit, einmal Danke zu sagen für Ihr Vertrauen und Ihre Treue! Dafür lade ich Sie - zusammen mit meinen Söhnen und Partnern - herzlich ein für einen

27. April 2019
14:00 - 18:30 Uhr
in der Schmerzfrei-Praxis
in Hürth-Efferen
Luxemburger Str. 99
EINTRITT FREI!

Nachmittag für Ihre Gesundheit!

Es geht um Ihr Wohlempfinden - und wie Sie Schmerzen aus ganzheitlicher Sicht vermeiden und heilen können - ohne Pillen und Skalpell.

Erleben Sie interessante Vorträge, kurze Mitmach-Aktionen, leckeren Kaffee und gesunden Kuchen - mallorquinisch inspiriert. Von und mit Diana Schmedes, Dennis Schmedes, Marc Schmedes, Gaby Bathe und Wolfgang Zapf.

Programm 14:00 - ca. 18:30 Uhr

- ➔ **Begrüßung**
- ➔ **Vortrag: Trauma, was ist das? Wer ist betroffen?**
Können Körperschmerzen aus Traumata entstehen? Wie wird aus einer „schlechten“ Erfahrung ein Trauma? Wie erkenne ich das? Wie löse ich ein Trauma und andere Muster im Nervensystem auf.
anschließend: Entspannung und Körperreise mit Wolfgang Zapf, Coach, Traumatherapeut und Achtsamkeitstrainer
- ➔ **Vortrag: Stoffwechselaktivierung und Abnehmen**
Optimierte Versorgung mit Nährstoffen reduziert Hunger, Gelüste und hilft beim Abnehmen und auch bei der Schmerzreduzierung.
Mit Dennis Schmedes, Heilpraktiker, erfahrener L&B-Schmerztherapeut (6-jähriges Praxisjubiläum)
- ➔ **PAUSE mit Kaffee und Kuchen**
- ➔ **Mitmach-Aktion: Fit mit Gaby Bathe, L&B-Trainerin.** Dehnen macht munter und beweglich

- ➔ **Einführungsvortrag: Paarwoche auf Mallorca**
Drücken lernen, Dehnen, Entspannung durch Körperachtsamkeit für sich und den Partner. Raus aus dem täglichen Trott, runterfahren, Grundbedürfnisse erkennen, "was brauche ich wirklich?" auf unserer FINCA ESENCIA bei Artà
Diana Schmedes, Heilpraktikerin und Liebscher & Bracht-Schmerztherapeutin.
- ➔ **Und noch mehr Neues aus der Praxis Schmedes**
Schmerzfrei-Behandlungen in Köln & auf Mallorca (Finca in Arta) in der Gruppe und auch einzeln mit und ohne Urlaub...
- ➔ Eindrücke Bilder, Film....von Arta/Mallorca, Hotels, Meer, Märkte, Sehenswürdigkeiten
- ➔ Und viel Zeit zum Austausch, Plaudern, Fragen.....

Bitte rechtzeitig anmelden, da nur begrenzt Platz zur Verfügung steht:

>>> **Telefon 022 33 - 62 72 402**

>>> **E-Mail: hpschmedes@yahoo.de**