



## Praxis für Psychotherapie und mehr

Beate Peetz-Fuhse

Gesundheits-Coach

E-Mail: [Beratung-Fuhse@t-online.de](mailto:Beratung-Fuhse@t-online.de)

Homepage: [www.Beratung-Fuhse.de](http://www.Beratung-Fuhse.de)

Dr. rer. nat. Jürgen Fuhse

Heilpraktiker (Psychotherapie)

Tel.: 02974/ 96 82 812



## Gemeinsam durch die Fastenzeit

### - Ein Angebot speziell für Frauen -



Die Fastenzeit einmal ganz anders erleben 😊

In diesem Seminar möchte ich Sie einladen, die christliche Fastenzeit zu nutzen, um Körper, Geist und Seele zu reinigen.

Wir nehmen uns gemeinsam jede Woche ein neues Thema vor, worauf wir unseren Fokus legen:

1. Woche: Verzicht auf Genussmittel
2. Woche: Verzicht auf Kohlenhydrate
3. Woche: Bewegung extra
4. Woche: Entgiften
5. Woche: Freundschaft / Beziehungen
6. Woche: Fasten
7. Termin: Rückblick und Feedback

Gemeinsam arbeiten wir die Themen aus, wie wir dies umsetzen, ergänzen und erleben können. Es ist Zeit und Raum zum Erfahrungsaustausch unter lieben Menschen und neue Impulse für den Alltag zu sammeln. Zudem gibt es themenspezifisch viele Infos aus gesundheitlicher Sicht. Zum Entspannen endet jeder Abend mit einer geführten Meditation.

Termine:

**jeweils Dienstag, 19:00  
Uhr bis ca. 20:30 Uhr**

13.02.2024

20.02.2024

27.02.2024

05.03.2024

12.03.2024

26.03.2024

02.04.2023

Honorar:

**148,50,- Euro** (Kosten sind vorab zu bezahlen oder am ersten Kursabend)

max. sechs  
Teilnehmerinnen

***Verbindliche Anmeldung  
bis zum 09.02.2024***

Telef.: 02974 / 96 82 812  
oder  
über das [Kontaktformular](#)

Seminarort:

**Praxis für Psychotherapie  
und mehr  
Am Wiesentor 19,  
57392 Bad Fredeburg**



## Praxis für Psychotherapie und mehr

Beate Peetz-Fuhse  
Gesundheits-Coach

E-Mail: [Beratung-Fuhse@t-online.de](mailto:Beratung-Fuhse@t-online.de)  
Homepage: [www.Beratung-Fuhse.de](http://www.Beratung-Fuhse.de)

Dr. rer. nat. Jürgen Fuhse  
Heilpraktiker (Psychotherapie)

Tel.: 02974/ 96 82 812



Dieser Kurs richtet sich gezielt an Frauen jeden Alters,

- ✓ die sich etwas Gutes tun möchten,
- ✓ die zweite Lebenshälfte mit Spaß und Freude genießen möchten
- ✓ die sich in ihrem Körper wohlfühlen wollen
- ✓ die neugierig auf das Leben sind

Bitte bringen Sie etwas zum Schreiben mit, eine Kladde oder einen Notizblock.

Getränke (Tee, Wasser) werden von uns gestellt.