



29.06.2017

Liebe **geh dein Leben**-Interessierte,

bei uns in Wien ist morgen Zeugnisverteilung, die großen Ferien beginnen und der Sommerurlaub steht bei vielen vor der Tür - endlich! Wer braucht sie nicht, die Zeit der Erholung und Entspannung! Es ist für Körper, Geist und Seele wichtig, Ruhezeiten zu erleben und nicht vom Arbeitsstress nahtlos in den Urlaubsstress überzugehen. Aber wie geht das?

Es hilft schon, tief zu atmen und achtsam den Moment wahrzunehmen - einfach einmal Nichts zu tun, die Seele baumeln zu lassen und die Aussicht, das Meeresrauschen, das Vogelgezwitscher, das Kinderlachen, die Lektüre, das Essen, die Familie, die Freunde, das Leben und das SEIN zu genießen. Nichts davon ist von Dauer, aber im Moment ist es mit allen Sinnen spürbar. Das ist ein unglaubliches Geschenk für Körper, Geist und Seele.

Zusätzlich kann ich euch die **Aromatouch®-Behandlung** wärmstens empfehlen. Das ist eine Einstreichmethode für die äußerliche Anwendung von acht ätherischen doTerra®-Ölen in therapeutischer Qualität, die mit sanften, gleichmäßigen Bewegungen entlang der Wirbelsäule und auf die Fußreflexzonen aufgetragen werden. Sie reduziert Stress, stärkt das Immunsystem, harmonisiert Entzündungsprozesse, balanciert das vegetative Nervensystem aus und führt zu einem intensiven Gefühl von Entspannung und Wohlbefinden. Daher ist sie ebenfalls ein Geschenk für Körper, Geist und Seele und eignet sich auch hervorragend zum Weiterverschenken als Gutschein. Ich freue mich, wenn ihr diese Methode zur Tiefenentspannung und Regeneration bei mir ausprobiert!

Der **emina-Abend "Mein Weg zum SEIN"** am **Montag, den 18. September von 19:00 - ca. 21:00 Uhr** unterstützt euren Körper, euren Geist und eure Seele auch dabei, zur Ruhe zu kommen. Wandert mit mir in der emina-Meditation durch acht eurer Seelenräume, lasst unterwegs Belastendes zurück und kommt mit leichterem Gepäck bei euch selber an. So könnt ihr erleben, wie es ist, einfach nur zu SEIN!

Ein intakter Selbstwert ist Wellness für die Seele! Denn wenn wir lernen, uns so zu lieben, wie wir sind, entscheiden andere nicht mehr darüber, was wir wert sind. Wenn euer Selbstwert für euch ein Thema ist, dann kommt zum **Gehen-Abend "Mein Selbstwert"** am **Donnerstag, den 28. September 2017 von 19:00 - ca. 21:30 Uhr**. Dort schlüpfe ich in die Rolle eures Selbstwertes und ihr könnt erfahren, wie sich euer Selbstwert gerade fühlt und was er braucht, um intakt zu werden.

*Ich grüße mich mittlerweile  
recht freundlich,  
wenn ich mir selbst  
im Weg stehe.*

*Ist ja nicht das erste Treffen.*

Bitte meldet euch für die Veranstaltungen per E-Mail an. Für **Einzeltermine** stehe ich euch bis 11. August und dann wieder ab 05. September gerne zur Verfügung, vereinbart einfach einen Termin, dann schauen wir gemeinsam, wohin euch euer Thema führt. Ich freue mich auf unser gemeinsames Tun!

Eure sich mit euch um das Wohlbefinden von Körper, Geist und Seele kümmernde  
Kathi Henkel



geh dein Leben  
methodisch Lösungswege finden



**Mag. Katharina Henkel**  
Unternehmensberaterin &  
Humanenergetikerin

**Praxis** in 1230 Wien  
Josef-Kutschka-Gasse 7-9/23  
+43 660 65 27 800  
katharina.henkel@gehdeinleben.at

**[www.gehdeinleben.at](http://www.gehdeinleben.at)**

PS: Falls du keine weiteren Informationen erhalten möchtest, antworte bitte mit dem Betreff "Newsletter abmelden", danke!

PPS: Hier kommst du zur [Druckvorlage dieses Newsletters](#)

### **Meine nächsten Veranstaltungen im Herbst und Winter:**

#### **[emina-Abend "Mein Weg zum SEIN"](#)**

Wandere in der emina-Meditation durch deine Seelenräume, lass Belastendes zurück und komm bei dir selber an.  
**Montag, 18.09.2017** von 19:00 - ca. 21:00 Uhr in 1230 Wien

#### **[Gehen-Abend "Mein Selbstwert"](#)**

Erkenne, wie es deinem Selbstwert gerade geht, was er braucht, um zu wachsen und welche Botschaft er für dich hat.  
**Donnerstag, 28.09.2017** von 19:00 - ca. 21:30 Uhr in 1230 Wien

#### **[Gehen-Abend "Mein Kind mit Lernschwierigkeiten"](#)**

Begegne deinem Kind und erfahre, wie es ihm gerade geht und was es braucht, um sich gut zu entwickeln.  
**Mittwoch, 18.10.2017** von 18:30 - ca. 21:00 Uhr in 3400 Klosterneuburg

#### **[Gehen-Workshop "Meine aktuelle Lebensfrage"](#)**

Erfahre, welche Lösungswege es für deine aktuelle Lebensfrage gibt, um die Herausforderung zu meistern.  
**Samstag, 21.10.2017** von 19:00 - ca. 13:00 Uhr in 1230 Wien

#### **[Gehen-Abend "Die Kraft meiner Ahnen"](#)**

Erfahre mehr über deine Ahnen und spüre ihre Unterstützung. So können sie eine stärkende Kraftquelle für dich werden.  
**Montag, 13.11.2017** von 19:00 - ca. 21:30 Uhr in 1230 Wien

#### **[emina-Abend "Mein Weg zum SEIN"](#)**

Wandere in der emina-Meditation durch deine Seelenräume, lass Belastendes zurück und komm bei dir selber an.  
**Dienstag, 05.12.2017** von 19:00 - ca. 21:00 Uhr in 1230 Wien

#### **[Gehen-Abend "Mein Kind mit Lernschwierigkeiten"](#)**

Begegne deinem Kind und erfahre, wie es ihm gerade geht und was es braucht, um sich gut zu entwickeln.  
**Dienstag, 16.01.2018** von 18:30 - ca. 21:00 Uhr in 3400 Klosterneuburg

#### **[Gehen-Abend "Mein Jahr 2018"](#)**

Begegne deinem Jahr 2018 und lerne das Potential und die Herausforderungen kennen.  
**Donnerstag, 25.01.2018** von 19:00 - ca. 21:30 Uhr in 1230 Wien