

WALD- wandel

In der Krise Halt finden



Es ist eine besondere Zeit, in der wir leben. Was dies in uns auslöst ist sehr individuell. Und wie wir damit umgehen ebenso. Durch das Kontaktverbot der Bundes- und Landesregierung NRW brechen viele persönliche Unterstützungsangebote weg.

Seit
Jahren
biete ich
Coaching
in der
Natur an.
Gerade in



der aktuellen Zeit ist dies eine gute Möglichkeit der Stabilisierung und Stärkung für Einzelpersonen.

Wir treffen uns an einem vereinbarten Ort in der Natur, halten den vorgeschriebenen Abstand ein und bewegen uns gemeinsam mit Ihren Themen und Anliegen in der Natur. Wir nutzen das natürliche Umfeld, um zur Ruhe zu kommen und aufzutanken. Gleichzeitig nutzen wir die Natur als Methode zur Entwicklung Ihrer eigenen Bewältigungsstrategien für diese besondere Zeit.

WALD- wandel

ist ein Angebot der Praxis für

Einzel-, Team und Paarcoaching

Dietmar Sahrhage

Meyerfeld 24

33824 Werther



Kontakt:

Dietmar Sahrhage

post@disaco.de

www.disaco.de

05203 – 709 482

0176 – 235 12 735

als

- Dipl. Sozialpädagoge
- Mastercoach (DGfC) und
- Systemischer Paar- und Familienberater (Mitgl. DGsf)
- Gärtner, Imker und Naturfreund

habe ich vielfältiger Kompetenzen und Erfahrungen in

- Tiefenökologie
- Schamanischen Heilweisen
- Naturtherapie
- Shinrin Yoku (Waldbaden)
- Meditation und Achtsamkeit (MBSR)

Dieses Angebot ist kein Ersatz für eine qualifizierte psychotherapeutische Unterstützung, kann diese allerdings ergänzen.