



Leicht:Sinn

Silke Löpmann & Sabrina Poessl

Impulsgeber für Freude & Leichtigkeit



Silke Löpmann

Motto: life is what you make it

Transformationstherapeutin nach Robert Betz®

Regelmäßige Fortbildungen im psychologischen Bereich

Ehem. Trägerin und Leitung der Kinder- und Jugendhilfeeinrichtung
Rudolf-Dreikurs-Kinderhaus

Autorin

Psychologische Beraterin, Supervisorin und Coach (DGIP)

Wellness-Trainerin und -Beraterin (IST)

Staatl. gepr. Übersetzerin und Dolmetscherin; Fachgebiet Wirtschaft

Hineingeboren in eine „Psychologen-Familie“; immer neugierig, warum
Mensch so ist, wie er ist und was ihn glücklich und unglücklich macht;
Freudliebhaberin

Sabrina Poessl

Motto: Lebensliebhaberin

Transformationstherapeutin nach Robert Betz®

Weiterbildungen: The Work nach Byron Katie®,

Reiki 2. Grad

Regelmäßige Fortbildungen im Bereich Persönlichkeitsentwicklung

Assistentin der Geschäftsführung

Marketingspezialistin, Vertriebsassistentin in int. Konzern

Fremdsprachenkorrespondentin, Kfm. Ausbildung

Psychologieaffin; seit frühester Jugend interessiert daran wer wir sind,
warum wir so sind wie wir sind und ob bzw. wie wir so sein können wie
wir gerne möchten; vielseitige Lebenserfaherin





Wünschst Du Dir mehr Freude und Leichtigkeit in Deinem Leben?

Oft hört man: „Dann denk doch einfach positiv!“

Leichter gesagt als getan! Dem einen mag es leichter fallen, diesen Satz umzusetzen, doch ein anderer verzweifelt an diesem Satz. Denn er lässt sich nicht einfach mal so denken, wenn wir in dem Moment nicht wirklich daran glauben.

Besonders schwer fällt es uns dann, wenn wir gerade in einer Krise stecken, eine Zeit großer Herausforderungen erleben, mit großen Belastungen, Sorgen und Ängsten konfrontiert sind.

Und gleichzeitig wissen wir: **Der Optimist lebt glücklicher.** Und das würden wir gerne auch!

Da stellt sich die Frage: **Kann auch ich lernen, optimistischer zu denken, zu fühlen, zu handeln?** Vielleicht, um auch in Krisenzeiten besser gewappnet zu sein und leichter mit Herausforderungen umzugehen? Oder einfach, um wieder mehr Freude und Leichtigkeit zu verspüren?

Die Antwort lautet: **JA!!!! Mit Tricks und Kniffs und Training. Und zwar bis ins hohe Lebensalter!**

Voraussetzung:

Mut zu mehr LEICHT:SINN. Denn es macht Sinn, mehr Freude und Leichtigkeit in Dein Leben zu bringen.

Du ENTSCHEIDEST Dich für den Weg eine positivere Lebenseinstellung zu erlernen und zu trainieren. Und zwar so, wie er zu Dir passt - Schritt für Schritt. Dieser Weg ist mit Arbeit an Dir verbunden. Doch wir ermuntern Dich diesen Weg zu gehen, denn schon der Weg bereitet immer mehr Freude und Leichtigkeit.

Mögliche Nebenwirkungen: mehr Gesundheit, Kraft und Energie, mehr Selbstbewusstsein, Zuversicht und Lebensfreude. Sprich: eine positive Lebensveränderung.

Überdosis nicht möglich! Doch sprich sicherheitshalber vorher mit Deinem Arzt oder Apotheker. 😊

Wir freuen uns, Dir dazu mehr zu erzählen und Dich auf diesem Weg begrüßen zu dürfen!

Auch wir haben uns vor Jahren auf diesen Weg gemacht und sind **begeistert, wieviel bunter, froher, weiter, leichter und freier unser Leben dadurch geworden ist.**

Gerne möchten wir diese Erfahrungen mit Dir teilen und auch Dich dazu inspirieren!

Leicht:Sinn

Silke Löpmann & Sabrina Poessl
Impulsgeber für Freude & Leichtigkeit



Kurzvorstellung (von li nach re):

Silke Löpmann

Ehem. Trägerin und Leitung einer Kinder- und Jugendhilfeeinrichtung
Transformationstherapeutin nach Robert Betz®
Psychologische Beraterin, Supervisorin und Coach (DGIP)
Wellness-Trainerin und -Beraterin (IST)
Regelmäßige Fortbildungen im psychologischen Bereich

Sabrina Poessl

Transformationstherapeutin nach Robert Betz®
Weiterbildungen: The Work nach Byron Katie®,
Reiki 2. Grad
Regelmäßige Fortbildungen im Bereich Persönlichkeitsentwicklung

