

Maria Sanchez: Warum wir ohne Hunger essen. Die wahren Gründe für Essdrang und Übergewicht

20.04.2021, 16:59 | Bewusstsein & Spiritualität

Pressemitteilung von: *Sanchez*

Presseagentur: *Barbara Stang, PR Consulting*



Maria Sanchez, Heilpraktikerin für Psychotherapie

Maria Sanchez, Heilpraktikerin für Psychotherapie, liest am INTERNATIONALEN ANTI-DIÄT-TAG, Donnerstag, den 06. Mai 2021 um 19:00 Uhr, auf YouTube einige Ausschnitte aus ihrem 3. Buch "Warum wir ohne Hunger essen. Die wahren Gründe für Essdrang und Übergewicht" (gebunden, 240 Seiten). Die Publikation ist als "Frage-und-Antwort-Buch" konzipiert unter dem Aspekt, was der von Maria Sanchez entwickelte Therapie-Ansatz "Sehnsucht und Hunger" im Alltag bedeutet. Im Rahmen ihrer Radio-Bremen-Sendung "Durch dick und dünn mit Maria Sanchez" hatte die Autorin und Therapeutin viele Fallbeispiele gesammelt, die im Verlauf des Buches reflektiert werden, beispielsweise Fragen besorgter Mütter zum Essverhalten ihrer Kinder, zum Zusammenhang von Depression und Essdruck, zur Suchtverlagerung, zu Therapien und Diäten, die nie langfristig etwas gebracht haben, da deren Gründe stets unbeachtet blieben, zu wiederkehrenden Bulimien, zu traumatischen Erlebnissen u.a.m.

Diäten sind für Maria Sanchez Teil des Problems, nicht dessen Lösung, denn jedes emotionale Essverhalten ist ein Aufschrei unserer Seele. Und jeder Hilferuf bedarf der tiefen inneren Aufmerksamkeit uns selbst gegenüber, nicht eines Knebels, der ihn lautlos werden lässt. Daher ist der INTERNATIONALE ANTI-DIÄT-Tag, der von der feministischen Schriftstellerin Mary Evans Young initiiert wurde, ein geeigneter Tag, um den wahren Gründen für Übergewicht und Essdrang in Form einer Lesung Beachtung zu schenken.

Hier können Sie der Lesung folgen: <https://tinyurl.com/maria-sanchez-ec-suh>

Informationen zu den Therapieansätzen Maria Sanchez' "Sehnsucht und Hunger" und "EssentialCore" sowie zu den anderen Büchern der Autorin - "Sehnsucht und Hunger", "Der innere Weg", "Die revolutionäre Kraft des Fühlens" - und zu den online-Kursen der Therapeutin u.a.m entnehmen Sie der website www.maria-sanchez.de

Pressekontakt

Medien- und Interview-Anfragen an Maria Sanchez zu deren Publikationen richten Sie bitte an
office@stang-pr.de

Barbara Stang, PR Consulting, Schlegelstr. 21, 10115 Berlin
Tel. 0049-(0)175-56 32 602

Fortlaufende Informationen zu Maria Sanchez erhalten Sie über die website (www.maria-sanchez.de), über Facebook, Instagramm, YouTube.

Portrait

Barbara Stang, PR Consulting, ist eine Agentur für Presse- und Öffentlichkeitsarbeit, die seit 2008 im Bereich Buch-, Künstler- und Autoren-PR sowie im Bereich Veranstaltungsmanagement und PR für Kultur-Institutionen tätig ist. Gegründet wurde die Agentur von Barbara Stang, Literaturwissenschaftlerin und Publizistin. www.stang-pr.de

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/1209007/Maria-Sanchez-Warum-wir-ohne-Hunger-essen-Die-wahren-Gruende-fuer-Essdrang-und-Uebergewicht.html>