

Maria Sanchez bietet erstmals Tagesseminare an

22.01.2019, 17:29 | Mode, Trends, Lifestyle

Pressemitteilung von: *Sehnsucht und Hunger*
Presseagentur: *Pütz Kommunikation*



Maria Sanchez, Foto: Urs Küster

DIE Spezialistin in Deutschland für das Thema Emotionales Essen, Maria Sanchez, bietet zum ersten Mal ein Sehnsucht und Hunger-Tagesseminar an.

Es findet statt am Samstag, den 23. März 2019 von 10:00 - 18:00 Uhr in Hamburg. (Hotel Leonardo, Mexikoring 1, 22297 Hamburg)

Beschreibung des Seminars:

Auf dem Sehnsucht und Hunger-Tagesseminar werden die TeilnehmerInnen eingeladen zu erfahren, wofür das Emotionale Essen in ihrem Leben steht. Ziel ist es, einen Prozess in Gang zu setzen, der im Alltag weitergeführt werden kann.

Das Seminar besteht aus drei Säulen:

Theoretische Grundlagen

Maria Sanchez zeigt, dass es bei ihrem Ansatz weder um reglementierende Maßnahmen wie dem Befolgen von Ernährungs- oder Sportprogrammen geht, noch darum, einen imaginären, „inneren Schweinehund“ zu überlisten. Es geht nicht um einen zielfixierten, sondern um einen prozessorientierten Weg. Und es geht darum, ein bei jedem Menschen vorhandenes inneres Navigationssystem in sich zu entdecken und zu nutzen.

Erfahrungsbasiertes Wissen (mit Übungen)

Maria Sanchez stellt eine Reihe von Sehnsucht und Hunger-Übungen vor, die seit vielen Jahren in der Praxis erprobt sind. Die Teilnehmer sollen mit einem Anfangspaket nach Hause gehen, mit dem sie in ihrem Alltag ihren Weg weiter verfolgen können.

Fragen der TeilnehmerInnen

Ganz wichtig sind die Fragen der TeilnehmerInnen, auf die Maria Sanchez gerne eingeht. So wird die Möglichkeit gegeben, Fragen zum individuellen Prozess zu stellen.

Weitere Informationen finden Sie hier:

<https://shop.sehnsuchthunger.de/Seminare/Tagesseminare/SEHNSUCHT-UND-HUNGER-Tagesseminar-am-23-Maerz-2019-in-HAMBURG.html>

Pressekontakt

Dr. Jürgen Pütz

Pütz Kommunikation

Herbert-Lewin-Str. 1

50931 Köln

Tel.: 0221/30 13 21 80

Mail: puetz@puetz-kommunikation.de

Portrait

Maria Sanchez wurde 1968 im spanischen Málaga geboren und kam im Alter von fünf Jahren nach Hamburg. Dort lebt und arbeitet sie als Heilpraktikerin für Psychotherapie in eigener Praxis.

Sie ist Gründerin der Sehnsucht und Hunger-Therapie und hat mit diesem Konzept einen alltagstauglichen Weg für den Ausstieg aus der Essstörung gefunden. Mit ihrer EssentialCore-Therapie erweitert sie ihre Methode auf andere Formen psychischer Symptome wie Depressionen, Süchte und Traumata.

In ihrem Hamburger Seminar- und Ausbildungszentrum hilft und schult sie andere Menschen in der von ihr entwickelten Therapieform. Sie hält Vorträge und gibt Seminare in Deutschland, Österreich und der Schweiz.

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/1034536/Maria-Sanchez-bietet-erstmal-Tagesseminare-an.html>