

# EINLADUNG

Gesundheitsforum Eningen e.V.

Ärzte

Patienten

Heilberufe

zum Vortrag

## Endlich Nicht-Raucher - Raucherentwöhnung durch Hypnose

Referentin:

Psychl. Coach Ottilie E. Scherer, Eningen

am Donnerstag, den 12. Jan. 2017,

um 19.30 Uhr im Johanneshaus,  
Hölderlinstr. 16, 72800 Eningen.

Die Referentin berichtet über die Einsatzmöglichkeiten der Hypnose im Allgemeinen und hier speziell zum Thema Raucherentwöhnung.

Nach einer Übersicht über die unterschiedlichen Themen wie Ängste, Phobien, störendes Verhalten und Übergewicht bei welchen Hypnose sehr häufig zum Einsatz kommt, widmet sich die Referentin dem Thema des Vortrages endlich Nichtraucher zu werden und somit einen natürlichen Ur-Zustand des Körpers wieder herzustellen.

Ziel der Raucherentwöhnung durch Hypnose ist das Befreien von Zwängen und schädlichem Verhalten zum Wohle des Kunden.

## **Der Eintritt ist frei. Spenden sind willkommen.**

Presstext dazu:

Das Gesundheitsforum Eningen lädt ein zu einem Vortrag mit dem Thema: "Raucherentwöhnung durch Hypnose und Mentaltraining" mit Otilie E. Scherer, psychl. Coach.

Der Vortrag findet am Donnerstag, 12. Januar 2017, um 19.30 Uhr im Johanneshaus, Hölderlinstr. 16 in Eningen, statt.

Otilie E. Scherer berichtet über die Möglichkeiten der Hypnose, in diesem Vortrag speziell, bei der Raucherentwöhnung. Über die Hypnose erlangen wir Zugang zu unserem Unterbewussten welches die Routinen unseres Körpers steuert. Routinen geben Sicherheit und machen das Durchbrechen derselben schwierig. Obwohl es paradox klingt, klammert sich der eine oder andere an die Zigarette, sieht sie unbewusst als eine Belohnung nach einer schweren Arbeit oder einem langen Tag. Unser Unterbewusstes möchte immer zu unserem Vorteil handeln und hat irgendwann in unserer Vergangenheit entschieden, dass das Rauchen gut ist, entspannt und vielleicht auch einen gewissen Status verkörpert. Als aufgeklärte Menschen wissen wir, dass das alles nicht stimmt, dennoch kann sich ein Raucher schwer aus diesem routinierten Kreislauf lösen. Hier setzen die Hypnose und das Mentaltraining an und gehen in den Dialog mit dem Unterbewussten um eine Verhaltensänderung einzuleiten. Unser Unterbewusstes ist sehr mächtig und kann enorme Kräfte entfalten, um uns an das gesteckte Ziel zu bringen. Sportler und Manager haben seit vielen Jahren diese Fähigkeiten des Mentaltrainings und der Hypnose erkannt und werden systematisch von Coaches begleitet, es ist an der Zeit, dass sich dieses Wissen in der breiten Öffentlichkeit ausweitet.

Firmeninhaber und Chefs sind auch herzlich zu dem Vortrag eingeladen, denn auch im Bereich des betrieblichen Gesundheitsmanagements sollte man die Raucherentwöhnung ansprechen und anbieten.

Der Eintritt ist frei. Spenden sind willkommen.

Immer aktuell finden Sie Informationen zu den Veranstaltungen des Gesundheitsforums Eningen e.V. unter:  
[www.Gesundheitsforum-Eningen.de](http://www.Gesundheitsforum-Eningen.de)



Bild:  
Otilie E. Scherer berichtet über die Möglichkeiten der Hypnose bei der  
Raucherentwöhnung.