

# Jin Shin Jyutsu

## Mein Immunsystem unterstützen



**Grundlage: Selbsthilfebücher von Mary Burmeister**

„Gesundheit ist der größte Reichtum ...“

Wer gesund ist, weiß oft nicht zu schätzen wie viel Glück er hat. Aber können wir überhaupt etwas dazu beitragen gesund zu bleiben? Jin Shin Jyutsu (Strömen) bietet eine Möglichkeit unser Immunsystem auf einfache Art zu stärken und Erkältungen, Allergien, Autoimmunerkrankungen, sowie psychische Erkrankungen vorzubeugen. Es lohnt sich zu entdecken, wie einfach es sein kann, sich selbst zu helfen.

An diesem Abend lernst du einfache Griffe, die dein Immunsystem stärken, sowie einen einfachen Strom, um andere Menschen zu unterstützen, wenn sie bereits krank sind.

Neugierig? Dann melde dich zum Themenabend an! Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich!

**Datum:** Mittwoch, 20. November 2019; 19:00 Uhr bis 20:30 Uhr  
**Ort:** Alter Schwanen, 2. Stock; Kellhofstraße 3, 6922 Wolfurt  
**Mitbringen:** Schreibunterlagen, eventuell ein Kissen oder eine Decke  
**Betrag:** 15 € pro Person

**Kursleitung:** Friedrich Maria, BSc  
Dipl. Gesundheits- und Krankenpflegerin (psych)  
Lehrerin für Gesundheits- und Krankenpflege  
Jin Shin Jyutsu Praktikerin und Selbsthilfelehrerin  
Anmeldung unter: [maria@friedrichs.cc](mailto:maria@friedrichs.cc) oder  
Tel: 0676 82554170



Jin Shin Jyutsu