



Zeit  
FÜR  
mich



NATURHEILPRAXIS  
HILDEBRAND

WOHLFÜHLEN & MEHR

# HABEN SIE AUCH DAS BEDÜRFNIS NACH EINER AUSZEIT?

Der Alltag hetzt uns von einem Termin zum Nächsten. Was wir als erstes vernachlässigen ist die Zeit für uns, für neue Energie und Lebensfreude.

Seit einigen Jahren arbeite ich mit Gruppen und in Einzelarbeit an Themen die uns bewegen und beschäftigen. Auf Reisen – an schönen Plätzen in der Natur – eine Auszeit nehmen zum Regenerieren und Wohlfühlen. Ich begleite Sie professionell und unterstütze Sie mit individuellen Übungen.

Damit Sie mit neuer Kraft und Energie in den Alltag zurückkehren und das Leben voll genießen können.



NATURHEILPRAXIS  
HILDEBRAND



# MEINE PRAXIS – GISELA HILDEBRAND.

Seit über 25 Jahren betreue ich Patienten in meiner Praxis in Ehingen. Als Heilpraktikerin unterstütze ich Sie mit traditionellen und modernen Naturheilmethoden und gebe Ihnen Hilfestellung und Unterstützung bei der Anregung Ihrer Selbstheilungskräfte.

Fußreflexzonen-  
massage

Colon-Hydro-Therapie  
(nur in Ehingen)

Akupunkt-Massage  
nach Penzel

EFT  
Emotional Freedom  
Techniques – Vorträge  
und Ausbildung

Mentaltraining  
> Entspannung und  
Meditation  
> Familienaufstellung  
nach Bert Hellinger  
> Ohrkerzen

Ohrakupunktur zur  
Raucherentwöhnung  
oder zum Abnehmen  
ohne Diät

Fastenbegleitung

Ernährungsberatung

Biochemie nach  
Dr. Schüssler

Ausleitung und  
Umstimmung  
> Bluteigel  
> Schröpfen  
> Eigenblut-Therapie  
> Moxa  
> Schiele-Fußbäder

# EINFACH MAL LOSLASSEN UND ZU MIR SELBST FINDEN.

Wir üben verschiedene Techniken – um bewusst wahrzunehmen was ist und um zur inneren Ruhe und Gelassenheit zu finden.

Gemeinsam besprechen wir die Themen, die uns bewegen. Mit Hilfe von Entspannungstechniken, Meditation, Fantasiereisen, Kathathymes Bilderleben und Interaktionsspielen – können Sie Ihre Bedürfnisse und Fähigkeiten finden oder einfach loslassen und genießen.

|            |   |
|------------|---|
| ORT        | Naturheilpraxis Hildebrand                |
| TEILNEHMER | Gruppe                                    |
| DAUER      | 2,5 Stunden                               |
| KOSTEN     | 1 Termin: 23 Euro<br>10 Termine: 180 Euro |

Termine erfahren Sie unter 0 73 91 - 7 28 19.

# ICH FINDE MEINEN PLATZ IM LEBEN.

Wahrnehmung von Systemen.

Eine systemische Aufstellung gibt dem Aufsteller die Gelegenheit eine Problemsituation aus Familie, Beruf, Partnerschaft oder ein Krankheitsbild aufzustellen. Auf anschauliche Weise wird das „innere Bild“ von Beziehungen mit Stellvertretern aus der Gruppe räumlich dargestellt, das heißt, sie nehmen einen bestimmten Platz im Raum ein. Im Kraftfeld der Aufstellung spüren die Stellvertreter – körperlich und emotional – die Wirkung der Aufstellung. Das Anliegen wird sichtbar gemacht und über Dialoge in die Ordnung gebracht. Durch die Ordnung des inneren Bildes kommt es zur Ordnung des äußeren Bildes.

Bei Ziellosigkeit – Versagensängsten – Schwächezuständen – bei Scheitern in Beziehungen – oder bei unerklärlichen Gefühlszuständen kann mit dieser Methode schnell eine positive Veränderung herbeigeführt werden.

Die Stellvertreter haben durch die Mitwirkung die Möglichkeiten zur Lösung eigener Themen, Selbsterfahrung, Selbsterkenntnis, als Bewusstseins-Training, zur Vertiefung der Sensibilität.

|            |  |
|------------|--|
| ORT        | Naturheilpraxis Hildebrand                     |
| TEILNEHMER | Gruppe mit Aufsteller und Stellvertretern      |
| DAUER      | ca. 5 Std.                                     |
| KOSTEN     | Aufsteller: 80 Euro<br>Stellvertreter: 25 Euro |

Termine erhalten Sie auf Anfrage oder auf dem Beiblatt.

# MEINE „TYPGERECHTE FASTENWOCHE“ ZUR INTENSIVEN ENTSÄUERUNG .

Während einer Woche am schönen Bodensee bringen wir mit dem typgerechten Fasten den Stoffwechsel wieder ins Gleichgewicht .

Typgerechtes Fasten heißt: seiner Natur entsprechend fasten – mit Gemüsesuppen, Säften, Früchten, Tee, Wasser, Bewegung, Wandern. Wir machen Leberwickel und verschiedene Meditationen. Sie erhalten bei Bedarf wohltuende Massagen.

Das Schöne dabei ist: Sie haben kein Hungergefühl, Sie können sich satt essen. Es gibt keine Fastenkrise wie zum Beispiel Kreislaufbeschwerden, Unterzuckerung, Frieren. Diese Fastenkur ist auch für schlanke Personen geeignet. Viele Zipperlein verschwinden durch die intensive Entsäuerung. Nach dieser Woche fühlen Sie sich vitaler, leistungsfähiger und ganz nebenbei ein paar Kilo leichter.

|            |                       |
|------------|-----------------------|
| ORT        | Fischbach am Bodensee |
| TEILNEHMER | maximal 15 Personen   |
| DAUER      | 1 Woche               |

Termine entnehmen Sie bitte dem Beiblatt. Bei weiteren Fragen und Reisedetails rufen Sie mich an: Telefon 07391-72819.

Intensive Entsäuerung auch als Einzel- und Gruppenbetreuung in meiner Praxis mit eventuell zusätzlicher Colon-Hydro-Therapie Anwendung. Bitte rufen Sie mich bei Fragen und bezüglich der Termine an.

# AUSZEIT FÜR MICH.

Gönnen Sie sich eine kleine Erholung vom Alltag. Wir probieren gemeinsam verschiedene Entspannungstechniken wie zum Beispiel: 5 Tibeter | Jakobsen | Meditationen | Fantasiereisen

|            |                                     |
|------------|-------------------------------------|
| ORT        | Naturheilpraxis Hildebrand          |
| TEILNEHMER | Gruppe maximal 8 Teilnehmer         |
| DAUER      | 1,5 Stunden                         |
|            | montags von 18:30 Uhr bis 20:00 Uhr |
| KOSTEN     | 1 Abend: 10 Euro                    |
|            | 10 Abende: 80 Euro                  |

Melden Sie sich bitte telefonisch an: Telefon 07391-72819.

# WOHLFÜHLREISEN IN PLANUNG.

2015 INSEL KORFU – GRIECHENLAND

2016 LA GOMERA – DIE ZWEITKLEINSTE KANARISCHE INSEL

Mit der Gruppe auf den Weg in ein kleines Paradies. Schwimmen, Wandern und Entspannen, gesundes Essen genießen, Meditation am Meer. Ruhe und Ausgelassenheit. Spaß und Freude. Anschauen was uns wirklich bewegt. Loslassen und Platz schaffen für das was wir ändern wollen.

Bei Interesse melden Sie sich bitte rechtzeitig unter 07391-72819.

# IHR WEG ZU MIR.

Sie haben Interesse an einer Reise mit mir oder würden gerne genaueres darüber erfahren? Sie sind an meinen weiteren Praxisangeboten interessiert und möchten einen Termin vereinbaren?

Dann erreichen Sie mich unter der folgenden Telefonnummer:

0 73 91 - 7 28 19

[mail@naturheilpraxis-hildebrand.de](mailto:mail@naturheilpraxis-hildebrand.de)

ICH FREUE MICH AUF SIE UND UNTERSTÜTZE SIE GERNE!



NATURHEILPRAXIS  
HILDEBRAND

Gisela Hildebrand | Heilpraktikerin – Mentaltrainerin  
Psychologische Beratung nach dem Heilpraktiker Gesetz (VDH/DGMT)  
Gymnasiumstrasse 18 | 89584 Ehingen | Tel 0 73 91 - 7 28 19 | Fax 75 33 80  
[mail@naturheilpraxis-hildebrand.de](mailto:mail@naturheilpraxis-hildebrand.de) | [www.naturheilpraxis-hildebrand.de](http://www.naturheilpraxis-hildebrand.de)