

## **HYPNOSEPRAXIS MEILEN**

### **Ruhe finden**

### **Veränderung ermöglichen**

Während der Alltag immer lauter wird, entdecken immer mehr Menschen, die Kraft tiefer mentaler Entspannung. Eine Erfahrung, die nicht nur beruhigt – sondern berührt.

Spüre, wie Gedanken langsamer werden. Wie Anspannung verschwindet. Wie dein Unterbewusstsein beginnt, neue Wege zu öffnen.

### **Professionelle Hypnose für Erwachsene & Jugendliche**

In meiner Praxis steht der Mensch im Mittelpunkt. Mit modernen Hypnosetechniken unterstütze ich Erwachsene und Jugendliche dabei, mentale und emotionale Veränderungen bewusst zu fördern.

Fühlen Sie sich erschöpft, angespannt oder blockiert ? Manchmal reichen Gespräche allein nicht aus, um tief verwurzelte Muster zu verändern. Hypnose kann helfen, Zugang zu den eigenen inneren Ressourcen zu finden – Ruhig, konzentriert und in geschützter Atmosphäre.

### **Mögliche Themenbereiche**

Stress und innere Unruhe  
Schlafprobleme  
Selbstvertrauen stärken  
Ängste und Blockaden  
Rauchentwöhnung  
Gewichtreduktion  
Entspannung & mentale Balance  
Motivation & persönliche Entwicklung

### **Was sie erwartet**

In einer ruhigen Umgebung werden Sie Schritt für Schritt begleitet. Sie bleiben während der Hypnose ansprechbar und erleben einen Zustand tiefer Entspannung und fokussierter Aufmerksamkeit.

Hypnose ersetzt keine medizinische oder psychotherapeutische Behandlung, kann jedoch eine wertvolle Methode sein.

Eine Sitzung ist sanft, intensiv und befreiend.

## Ihr Weg beginnt mit einem Gespräch

Jede Veränderung beginnt mit Vertrauen. Gerne nehme ich mir Zeit für Fragen und informiere Sie persönlich über Ablauf und Möglichkeiten der Hypnose.

Jetzt unverbindlich Kontakt aufnehmen  
Jetzt Termin vereinbaren

Denn echte Veränderung beginnt nicht im Aussen.  
Sie beginnt in dir.



***Claudia Stamm Roth***

*Hypnosetherapeutin VSH NGH*

*Bahnweg 133 8706 Meilen*

[claudia.stamm@licht-raum.ch](mailto:claudia.stamm@licht-raum.ch) 076 592 61 60

