

Az Öngondoskodás Iskolája – a testi-lelki-szellemi átalakulás iskolája.

Fogadjátok szeretettel megújult programunkat, melyet kérésetekre az ország bármely részére elviszünk. Az öngondoskodásról sokaknak a pénz, a megtakarítás jut eszébe. Mi azt mondjuk, hogy az egészség és az életenergia is tőke, mely eltékozlása komoly következményekkel járhat: ráadásul nem kapható egyik patikában sem. Semmi sem szükséges hozzá, csak Te – és a módszerek ismerete.



Az Öngondoskodás Iskolája, Önfejlesztő tréning!

Az a hely, ahol 3 órában mai, modern világunkra adaptált módszerekkel ismertetek meg. A módszereket hosszú évtizedek tanulása és tapasztalata útján gyűjtöttem. Segíthetnek Neked abban, hogy Te irányíthasd az életedet, és ne a körülmények irányítsák azt. Irányíthatod az egészségi állapotodat, megszabadulhatsz a fájdalomtól, rossz közérzetedtől. A stresszoldó módszerrel sikeresebb és felszabadultabb lehetsz. Témáink: - ismerd meg önmagad és a rossz közérzeted okait, - mit üzennek a krónikus betegséged és mi a megoldás? - gyakorlatok és tanácsok az ízületi betegségek megelőzésére és tüneteinek enyhítésére, - gyakorlatok a látás javítására, - megtudod, mit tehetsz egy szívrohamnál vagy sztróknál, amíg megérkezik a mentő, - házi módszerek az elektroszmog, a káros sugárzások negatív hatásainak kivédésére, - mit egyél, hogy egészséges maradj? - Sikeresebb szeretnél lenni?



Diplomás pszichológus és életviteli tanácsadóként közel 20 éve vagyok az életvédelem területén. Iskoláim nagyobb részét orosz és ukrán nyelvterületen, valamint Budapesten és Németországban végeztem. A hivatalosan elismert pszichológiai irányzatokon kívül megismerkedtem a komplementer medicina több irányzatával (kínai akupunktúra, manuálterápia, reflexológia), külföldön tanultam tudományos parapszichológiát, számos tréningen vettem részt.



Évtizedek alatt sok embert segítettem át élete nehéz korszakain. 2013-tól az Ökológia és életvitel biztonsága Nemzetközi Akadémia (Szentpétervár) mestere vagyok. Mivel az öngondoskodás és az önfenntartó életmód iránymutató az életemben, okleveles Aranykalászos Gazda és halász vagyok. 22 éve vállalkozó, 5 éve cégvezető. Életem fontos szereplői a családom: párom, a gyermekeim és a három unokám. Egész életemben az egyensúlyt kerestem az egészségem, a munkám és misszióm, a párkapcsolat és a gyermekeim között. Úgy találtam meg, hogy nem kellett feláldoznom egyiket sem a másikért.

***Mottóm: Ha tanultál valami hasznosat, kötelességed azt megosztani másokkal.
(Kínai mondás)***

Miért érdemes eljönnöd? Mert évtizedek alatt összegyűjtött, válogatott és kipróbált módszereket kapsz tőlem. Mert a Tudás hatalom, és mert alkalmazása rengeteg pénzt és energiát takarít meg Neked.

Céлом, hogy ezeket a módszereket minél szélesebb körben elsajátítsák az emberek. Az Öngondoskodás programját kérésekre az ország bármelyik pontjára szívesen elvisszük, a részletekért hívj minket telefonon.

Görei-Pap Ildikó
+36 30 365 4550

Együttműködő partnereim:

- **Prof. Dr. Sandra Sándor reumatológus főorvos, nyugállományú orvos ezredes, Magyar Honvédség Egészségügyi Központ**
- **Egészséges Táplálkozásért Egyesület**
- **Viva Natura TV – VNTV**

