Unsere veränderten Lebensumstände sorgen dafür, dass wir erfreulicherweise älter werden.

"Das Alter muss keine Bürde sein, sondern kann ein Geschenk werden!"

Wer den Schritt wagt, mit professioneller Unterstützung das ei-

Verhalten zu reflektieren sowie viele Erlebnisse adäquat aufzuarbeiten, hat die Chance, seine Zufriedenheit zu steigern und damit gesund zu altern. Längst verloren gegangene Lebensqualität kann zurückkommen, Fähigkeiten neu edeckt und alltäg-

liche Probleme anders

gemeistert werden. Die eigene

innere Haltung sorgt dafür, dass die Zufriedenheit zum neuen Lebensinhalt wird. Machen Sie mit uns den ersten Schritt in Ihre Richtung!





Besuchen Sie unsere Homepage:

www.ps-denkandich.de

und erfahren Sie noch mehr über die Beratungspraxis und die vielfältigen Leistungsangebote.

PS. Denk an dich ist eine Beratungspraxis außerhalb der Heilkunde mit Blick auf den Einzelnen im Gesamten.

PS. Denk an dich

Psychologische Beratung, Stressprävention und Potenzialentdeckung

Petra Beller & Stefanie Füssler
Hambrücker Straße 52 | 76694 Forst | info@ps-denkandich.de
+49 175 4896 718 | +49 160 90572 206 | www.ps-denkandich.de

Generation 60+ zu jung, um schon alt zu sein!



PS. Denk an dich Psychologische Beratung, Stressprävention und Potenzialentdeckung

Ihre Chance auf Veränderung beginnt genau JETZT!

Kennen Sie die Formel für gesundes Altern? Wir leider noch nicht! Was wir wissen ist, dass Zufriedenheit und Gesundheit auch im Alter eng miteinander verknüpft sind.

Doch was nützt diese Erkenntnis? Alt werden möchte jeder, doch alt sein? Das überwältigende An-

gebot an Sport, Freizeitaktivitäten oder geselligem Vereinsleben

unterstützt den Versuch,
das Altern hinauszuzögern. Oftmals sorgt
jedoch der dabei entstandene Stress dafür,
dass die eigenen Grenzen noch deutlicher zu
Tage treten. Die Frage
nach dem Sinn des Lebens
wird drängender, je mehr die
Endlichkeit des Lebens gespürt

wird. Ein Gedankenkarussell beginnt, aus dem es gefühlsmäßig oft kein Entrinnen gibt.

"Nutzen Sie die Herausforderungen und Chancen dieses Lebensabschnittes und lernen Sie diese auf eine andere Art kennen."



Beratungsangebot
Generation 60+

Unsere systemisch lösungsorientierte Beratung mit wissenschaftlich fundierten Methoden, Coaching-Elementen sowie Erfahrungen auch im Rahmen der Rentner- und Witwenbetreuung kann Sie zum Beispiel in folgenden Themenstellungen unterstützen:

- Wechsel in den Ruhestand
- Zerwürfnisse mit dem Kind/Kindern
- Fragen zur Erhaltung der eigenen Selbstständigkeit im Alter
- Endlichkeit und Tod
- Trauer oder Verzweiflung
- Gleichgültigkeit in der Beziehung
- Wut und Ängste
- Kriegserlebnisse
- Erinnerungen der Vergangenheit
- Perspektivlosigkeit

Nutzen Sie ein kostenloses Beratungsgespräch und ermöglichen Sie sich gezielt in Ihren Lebensbereichen Unterstützung.

Entscheiden Sie nach dieser Sprechstunde, wie Sie weiter machen möchten!

Wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme.

