Monika Maurer

einfach · energievoll · leben

Beratung – Therapie – Coaching

Für mehr Gesundheit, Wohlbefinden und Lebensenergie

Meine Philosophie

Ich sehe Gesundheit als das komplexe **Zusammenspiel** von natürlicher **Ernährung,** natürlichem **Lebensstil** und der Fähigkeit, gesund mit **Stress** umzugehen.

Jedes **Symptom,** jede **Beschwerde** unseres **Körpers** und unserer **Psyche** ist ein **Signal**, dass dieses komplexe Zusammenspiel aus dem **Gleichgewicht** geraten ist und nach einer **Veränderung** verlangt.

Ich helfe dir dabei, die Signale, die dein Körper dir sendet zu verstehen und gemeinsam finden wir heraus, welche Veränderungen notwendig sind, damit du deine körperliche Kraft neu aktivieren kannst.

Gesundheitsleistungen

Beratung, Therapie und Coaching im Bereich Ernährung, Lebensstil und Umgang mit Stress.

- Klinische Psycho- Neuro- Immunologie (kPNI)
- Physiotherapie
- Antientzündliche Ernährungsstrategien
- Optimierung der Zellenergie (mitochondriale Therapie)
- Darmgesundheit und Entgiftung
- Hormonbalance
- Beheben von Nährstoffmängeln (orthomolekulare Therapie)
- Psychologische Interventionen
- Ganzheitliche Labordiagnostik
- MitoBiom Cell Therapie

Ein wichtiges Kernstück meiner Tätigkeit bietet die MitobiomCell Therapie von TISSO. Dabei handelt es sich um einen äusserst wirkungsvollen Therapieansatz, der auf Zellebene und deshalb an der Basis unterschiedlichster gesundheitlicher Beschwerden ansetzt.

> «Mit einem einzigartigen Methodenmix biete ich dir Lösungsstrategien für deine Gesundheitsfragen – persönlich, individuell und nachhaltig»

Beratungen in der Praxis oder online per Zoom. Ein kostenfreies Erstgespräch kannst du direkt über meine Homepage buchen. **monikamaurer.ch**

MEIN 7 SCHRITTE PROGRAMM FÜR DEINE GANZHEITLICHE GESUNDHEIT

Beratung - Therapie - Coaching

Monika Maurer
Praxis für Integrative Therapie und Beratung
Praxisgemeinschaft am Brühltor
Brühlgasse 15, 9000 St. Gallen

T +41 71 222 68 58 · M +41 78 825 13 88
info@monikamaurer.ch · monikamaurer.ch