

**Sie wollen** in Ihrem Leben etwas verändern? Einen lang gehegten Traum realisieren? Ein bestimmtes Ziel erreichen? Vorwärts kommen? Ihre Gesundheit verbessern?

**Das alles können Sie erreichen.** Sie müssen dafür lediglich eine Vorstellung von Ihrer Zukunft haben. Und gewillt sein, sich mit Ihrer Vergangenheit und Gegenwart auseinanderzusetzen, um Hindernisse aus dem Weg zu räumen. Dann können Sie Ihr Leben in die gewünschte Richtung lenken.

Dabei kann ich Sie mit verschiedenen Methoden unterstützen:

**Mental-Coaching**

zur Definition und Umsetzung Ihrer Ziele im beruflichen, privaten oder sportlichen Bereich

**Stressbalance-Coaching**

zur Erhaltung einer gesunden Work-Life-Balance und zur Gesundheitsprävention

**Gesundheits-Coaching**

zur Aktivierung Ihrer Selbstheilungskräfte und Förderung Ihres Gesundheitsbewusstseins

**Tibetische Energiearbeit**

zur Auflösung von energetischen Störungen und Wiederherstellung des Gleichgewichts im Körper

**Romana Iwuji  
Coaching & Energiearbeit**

Gesundheitspraxis Zentral  
Zentralstrasse 6  
6030 Ebikon

079 255 83 61  
info@romanaiwuji.com  
romanaiwuji.com



**Romana Iwuji  
Coaching & Energiearbeit**

**Integrales Coaching ist eine ganzheitliche Form der Prozessbegleitung. Es geht darum, jeden Menschen darin zu bestärken, dass er ein einzigartiges Wesen mit unbegrenzten Fähigkeiten und individuellen Lösungen ist.**



## Mental-Coaching

**Nur wenn Sie wissen, wo Sie stehen und wohin Sie wollen, können Sie Ihr Leben bewusst und zielorientiert gestalten.**

Ein Mentalcoaching dient dazu, sich über die eigenen Bedürfnisse und Ziele klar zu werden. Wo wollen Sie hin? Was wollen Sie erreichen? Was wollen Sie verändern? Was wollen Sie loslassen?

Ich begleite Sie dabei, neue Perspektiven und Möglichkeiten zu entdecken, Ziele zu formulieren und dazu gehörende Lösungswege zu finden, die Sie mit Ihren eigenen Ressourcen umsetzen können.

## Stressbalance-Coaching

**Sie wollen den heutigen, vielfältigen Anforderungen gerecht werden und dennoch Ihr inneres Gleichgewicht behalten?**

Mit einem Stressbalance-Coaching sorgen Sie aktiv dafür, dass Sie gesund bleiben. Sie erkennen bestehende Stressfaktoren und finden einen Weg, damit umzugehen. Sie lernen Ihre Stressverstärker (Glaubenssätze) kennen und finden Techniken, um diese in nutzbringende Motivatoren umzuwandeln.

## Gesundheits-Coaching

**Bei dieser Prozessarbeit geht es darum, Ihre Selbstheilungskräfte zu aktivieren und Ihr Gesundheitsbewusstsein zu stärken.**

Mit gezielten Fragen und Methoden helfe ich Ihnen, Klarheit über Ihre aktuelle Situation zu erlangen und mentale Hindernisse auf dem Weg zu Ihrer Genesung zu beseitigen. Sie finden Lösungen, wie Sie mit Ihren Ressourcen Ihre Gesundheit langfristig und nachhaltig verbessern können.

**«Nur wenn Sie sich Ihre Zukunft als gesunder und vitaler Mensch vorstellen können, kann sich Ihr Körper in diese Richtung entwickeln.»**

## Tibetische Energiearbeit nach dem System der 24 Organkreise

**Damit zukunftsgerichtete Pläne und Vorhaben auf gesundem Grund wachsen und gedeihen können, ist es notwendig, Belastungen und Blockaden aus der Vergangenheit oder Gegenwart zu lösen.**

Die ganzheitliche Energiearbeit bringt blockierte Energie wieder ins Fließen und ermöglicht tiefgreifende Veränderungen auf allen Ebenen des Seins.

**Mentale Themen** wie hinderliche Glaubenssätze und Verhaltensmuster können aufgelöst und in unterstützende Programme transformiert werden.

**Emotionale Themen** wie Depressionen, Phobien, traumatische Erlebnisse etc. können verarbeitet und losgelassen werden.

**Körperliche Beschwerden** wie Migräne, chronische Entzündungen, rheumatische Beschwerden, Allergien, etc. können reduziert werden oder gar verschwinden.

**Die frei gewordene Lebensenergie können Sie für die (Neu-)Gestaltung Ihres Lebens nutzen.**