

EFT – pomoc pro každého

EFT – Techniky emoční svobody

- jemná poklepová technika, kdy stimulací některých bodů na meridiánech (energetické dráhy vedoucí na povrchu těla) obnovíte tok energie v nich, a tím uvolníte emocionální zátěž a stres
- naučíte se teoretické základy této techniky, a její rychlé, praktické a účelné použití v každodenním životě
- použití na fyzické potíže i psychickou zátěž

EFT jako cesta k nalézání sebe sama

- s pomocí EFT vám ukážu cestu k sebezřetiví, sebeúctě a sebedůvěře, ke zdravému sebehodnocení a sebevyjádření, k nalézání harmonie a souladu se sebou samými a vším co nás obklopuje