



# Sabine Migura

Kinesiologie Lern-und Lebensberatung



- **Kinesiologin**
- **Lehrerin**
- **2-fache Mutter**

*Häufig ist schon nach kurzer Zeit eine deutliche Erleichterung erfahrbar.*

*Ich freue mich Sie zu einem unverbindlichen Vorgespräch zu begrüßen. So können Sie mich und meine Arbeit kennen lernen.*

<https://SabineMigura.de>



# Sabine Migura

Kinesiologie Lern-und Lebensberatung



*Lebensfreude  
Wohlbefinden  
Erfolg...*

**Sabine Migura**  
Speckmannsweg 9  
30826 Garbsen  
05131/ 443674  
kontakt@sabinemigura.de

# Lebensberatung



*Etwas hat Sie aus dem Gleichgewicht gebracht?  
Sie fühlen sich belastet oder gestresst?  
Ihre Gesundheit ist beeinträchtigt?*

## Veränderung wählen

Wählen Sie positive Veränderung hin zu mehr Lebensfreude und Wohlbefinden. Kinesiologie ist eine ganzheitliche Methode zur Förderung der Selbstheilungskräfte und verbindet altes Wissen, z.B. aus der traditionellen chinesischen Medizin, mit neuen Erkenntnissen, z.B. aus der Hirnforschung.

## Lebensfreude und Wohlbefinden finden

Mit Hilfe des kinesiologischen Muskeltests erkennen wir die Gefühle und Hintergründe für Ihr Anliegen und lösen den damit verbundenen Stress. Ich biete Ihnen professionelle Unterstützung und Beratung in Bereichen, wie:

- Konflikte bearbeiten
- Beziehungen klären
- Ziele verwirklichen
- Wohlbefinden steigern
- Erfolge im Beruf fördern und dort, wo Sie Ihr Unbehagen am meisten belastet. Auf sanftem Weg finden Sie wieder Zugang zu Ihrer Kraft.

# Leichter Lernen

## Lernstress – Prüfungsangst – Black out?

*Kennen Sie dies aus Ihrer Ausbildungszeit?  
Geht es Ihrem Kind manchmal auch so?*

Schwierigkeiten beim Lernen sind mit dem Empfinden von Stress verknüpft und führen zu „blinden Flecken“ in der Wahrnehmung. Der Gedanke kann sich nicht mehr frei in den Dimensionen des Denkens bewegen und bewirkt dadurch eine Beeinträchtigung der Konzentration, Ausdauer und Aufmerksamkeit.

## Lernen erleichtern

Mit Ihrem Kind zusammen entwickle ich ein individuelles Programm, zum Beispiel zur:

- Steigerung der Konzentration
- Verbesserung der Wahrnehmung
- Bewältigung von Prüfungsängsten
- Klärung von Hintergründen bei A – D – S (Aufmerksamkeit – Defizit – Syndrom)
- Klärung von Hintergründen bei Legasthenie

und dort, wo die Beeinträchtigung sich zeigt.



*Leichter lernen - zum Beispiel durch einfache Übungen, die Spaß machen.*