

Endlich gut schlafen

Homöopathin Tanja Hofmann weiß Rat

(wd/nw). Schlafstörungen und körperliche sowie emotionale Erschöpfung gehen häufig Hand in Hand.

Die Buxtehuder Homöopathin Tanja Hofmann beschreibt einige Auswirkungen: „Wer im Schlaf keine Erholung finden kann, beginnt den neuen Tag bereits mit einem Energieloch. Eine wochen- oder gar monatelange Schlafstörung wirkt sich massiv aus: Unser Immunsystem ist geschwächt, die Konzentration lässt nach. Jede kleine Herausforderung fühlt sich wie der Aufstieg zum Mount Everest an.“

Die 15jährige Alina begann auf Anraten ihrer Mutter im

April eine homöopathische Therapie in der Praxis von Tanja Hofmann. „Ich konnte seit gut einem halben Jahr keine Nacht mehr durchschlafen und bin sehr früh aufgewacht. Ich war ständig müde, aber schlafen konnte ich trotzdem nicht.“

Alina reagierte sofort auf das erste homöopathische Mittel - binnen einer Woche konnte sie wieder durchschlafen und hat seither keine Schlafprobleme mehr. Am 29. November findet in der Praxis von Tanja Hofmann ein Seminar zu Schlafstörungen und Erschöpfung statt.

● Informationen gibt es bei Tanja Hofmann unter Tel. 041 61 - 75 35 55.