

**Birgit Blassnick**

## **Schlaf gut!**

Mit ganzheitlicher energetischer Balance zu mehr Wohlbefinden

Viele Menschen schlafen schlecht oder unruhig und werden von dem Schlafmangel gestresst. Oftmals greifen sie dann zu Medikamenten, überbeurteilten Bettensystemen usw., um ihr Schlaf-Wach-Verhalten wieder ins Gleichgewicht zu bringen. Das vorliegende Buch zeigt Möglichkeiten auf, wie man Energetik und energetische Methoden zur Verbesserung des Schlafs und somit des eigenen Wohlbefindens anwenden kann. Ein Energetiker ist eine Person, die andere Menschen mit Hilfe der universellen Lebensenergie wieder in Balance bringt und Selbstheilungskräfte anregt.



**Birgit Blassnick**, geb. 1968, lebt in Steinach am Brenner und regt in ihrer ganzheitlichen energetischen Praxis „Urkraftzentrum“ die Selbstheilungskräfte von Körper, Seele und Geist an.

[www.urkraftzentrum.at](http://www.urkraftzentrum.at)



**Do., 24. Oktober 2019, 19.30 Uhr**  
**Matrei am Brenner, Rathaussaal**  
**Brennerstraße 59**

**Freier Eintritt!**