

„Gesundheit ist weniger ein Zustand als eine Haltung, und sie gedeiht mit der Freude am Leben.“

(Thomas v. Aquin)

Wir laden Sie herzlich ein zur 1. Elmshorner Lebensbalance-Messe für die ganze Familie!

Selbständige Frauen aus dem Kreis Pinneberg präsentieren im Elmshorner Rathaus ihre Dienstleistungen und Produkte, die zur Kreativität, Lebensfreude und -balance beitragen – sie stärken die seelische und körperliche Gesundheit. Ergänzt wird das Angebot durch kompetente Informationen zur Existenzgründung.

Wir freuen uns auf Sie!

Lassen Sie sich inspirieren, entspannen Sie, probieren Sie, informieren Sie sich!

- Genießen Sie eine Massage
- Seien Sie schöpferisch tätig und versuchen sich im kreativen Schreiben, im Malen oder im Filzen
- Stöbern Sie auf dem Büchertisch und nehmen Sie Flyer mit
- Entdecken Sie Yoga oder Feldenkrais-Übungen für sich
- Beugen Sie vor und trainieren Sie Ihre Sehkraft
- Erkundigen Sie sich über homöopathische Medizin und gesunde Ernährung
- Lassen Sie Ihren persönlichen Stoffumsatz messen
- Informieren Sie sich über erholsamen Schlaf
- Lassen Sie sich beraten, wenn Sie sich selbständig machen wollen (Coaching bis Flyer-Erstellung)
- Vernetzen Sie sich

- **Touchlife Massage Elmshorn**, Danièle Boiding-Schilling, www.massage-dbs-elmshorn.de und Pinneberg, Gudrun Dittrich, www.gudi-energie.de
- **Yogapraxis Cordes**, Carola Cordes, Yogatherapeutin, www.yogapraxis-cordes.de
- **Atelier + Kreativ-Werkstatt**, Christiane Schedelgarn, www.schedelgarn.de
- **Yoga – Life in Balance**, Susanne Junge, Kundalini Yogalehrerin, Breathwalk-Trainerin, www.yoga-elmshorn.net

- **Stressbewältigung & Entspannung/ Schlafberatung**, Sergine Dupont-Lauter, Dipl.-Physikerin, Präventologin®, www.gesundimnorden.org
- **Vital Studio**, Maren Reed, Fitness-Trainerin®, LOGI®-Trainerin, www.vital-studio-reed.de
- **Filz à Filz**, Chris Wegner-Baumgarten, Filz-Werkstatt, chris.wegner-baumgarten@gmx.de
- **Flora Apotheke Elmshorn**, Inh. S. Kehrhahn, Christiane Wiontzek, Heilpraktikerin, www.flora-elmshorn.de

- **Ganzheitliches Sehtraining**, Heike Groth, Augenoptikerin, ganzheitliche Sehtrainerin, www.ganzheitliches-sehtraining.de
- **Naturheilpraxis**, Ina Asmus-Brütt, Heilpraktikerin, www.ina-asmus.de
- **Business and Professional Women – Germany**, Club S.-H. West e.V., Nancy Holst, www.bpw-schleswig-holstein-west.de
- **Reformhaus Meyn Elmshorn**, Inh. Kh. Wilding, www.meyn-reformhaus.de

- **Kreative Schreibwerkstatt**, Patrizia Held, Germanistin, Schreibdozentin, www.patriziaheld.de
- **Mistora**, Michaela Stobbe-Rathjens, Gesundheitscoach, www.amway.de/user/mstobbe_rathjens
- **Gleichstellungsbüro Elmshorn**, Maren Schmidt (GB) und Anke Laedtke, www.elmshorn.de
- **Stadtbücherei Carl von Ossietzky**, Lt. Angelika Hoch-Beig, www.stadtbuecherei-elmshorn.de

- **Grafik-Design & Konzeption**, Martina von Prondzinski, Grafik-Designerin, www.mvonp.de
- **Coaching / Psychologische Beratung, Ausdrucksmalen**, Marina Nowak, www.beratung-pinneberg.de
- **Kinderschminken**, Yvi Kaufner, www.kulturmarie.de
- **Vom Feinsten / Kräuterhof**, Sabine Jähne, Claudine Schulz, Kräuter und Feinkost, www.kraeuter-hof.de

- **Flair**, Daniela Böse, Kinderladen und Nähkurse, www.flair-elmshorn.de
- **Feldenkrais-Trainerin**, Silke Richter, richter.silke@gmx.de
- **Frauen Netzwerk zur Arbeitssituation Kiel e.V.**, Stefanie Kohlmorgen, Gründungsberaterin, www.frauennetzwerk-sh.de
- **Investitionsbank Schleswig-Holstein**, Katharina Preusse, Förderlotsin, www.ib-sh.de