

GEDANKENSTARK IM UMGANG MIT KREBS

Serge Mathier, der Gründer von MATHIER MIND, hat sich als Mentaltrainer und Diplom-Mentalcoach auf die Unterstützung und Begleitung von Krebspatienten und deren Angehörigen spezialisiert. Seine eigene Erfahrung mit der Krebsdiagnose einer geliebten Person hat ihn dazu inspiriert, einen neuen Weg einzuschlagen und sein Wissen und seine Fähigkeiten der mentalen Arbeit anderen Menschen zugänglich zu machen. Sein Ziel ist es, Menschen dabei zu befähigen, ihre mentale Stärke zu trainieren und positiv mit ihrer Situation umzugehen, um das Beste aus der jeweils aktuellen Lage zu machen. Lösungsorientiert und vorwärtsgerichtet.

Das Angebot von MATHIER MIND umfasst ein Coaching-Programm, das auf die individuellen Bedürfnisse der Kund*innen abgestimmt wird. Das Programm beinhaltet eine 3- oder 6-monatige Begleitung. Die Sitzungen finden in seiner Praxis in Buochs NW, online oder in der freien Natur statt. Mental-

training folgt einem lösungs- und ressourcenorientierten Ansatz, wobei ein Gleichgewicht zwischen Gedanken, Emotionen und der Körperebene angestrebt wird.

Das Coaching bei MATHIER MIND konzentriert sich nicht nur auf die emotionale Bewältigung, sondern bietet auch Unterstützung und konkrete Techniken in der Stressbewältigung, Aufbau von Resilienz und Verbesserung der Lebensqualität. Neben Krebspatienten und deren Angehörigen melden sich auch immer häufiger Personen mit anderen Zielen und Herausforderungen.

Ein besonderes Angebot ist der «Mind-Trail», ein 90-minütiger Gedankenspaziergang in freier Natur, der achtsame Atemübungen, bewusste Wahrnehmung und Meditation kombiniert, um innere Ruhe und Klarheit zu fördern.

Durch sein Engagement und seine empathische Herangehensweise hat Serge Mat-

hier bereits vielen Menschen geholfen, ihre Herausforderungen gedankenstark anzugehen und das Potenzial ihrer Gedankenkraft auszuschöpfen.

www.mathiermind.ch

Pressedienst



MATHIER MIND
mentalcoaching

