



Die Kraft der Selbstheilung

Angewandte Mind-Body-Medizin für Zuhause

Autorin Dr. rer. medic. Anna Paul ist eine Koryphäe der Mind-Body-Medizin und teilt ihr Wissen im neuen Buch "Die Kraft der Selbstheilung" (BLV Buchverlag). Ihr Praxis-Konzept wendet sie täglich in der Klinik an und entwickelt ihre Methoden ständig weiter. Sie kombiniert darin schulmedizinisches Wissen, Naturheilverfahren und mentales Training, um den Körper zu unterstützen, sich selbst zu heilen. Das Gesundwerden und -bleiben wird dabei unterstützt durch Entspannungstechniken, die richtige Atmung und Ernährung.

Dr. rer. medic. Anna Paul ist Pionierin der Mind-Body-Medizin. Das Spektrum ihrer Qualifikationen: Gesundheitspädagogin, seit 30 Jahren Yoga-Lehrerin auf Ayurveda-Basis, Leiterin des Bereichs Ordnungstherapie sowie Integrative Onkologie der Klinik für Naturheilkunde und Integrative Medizin an den Kliniken Essen-Mitte. Sie leitet die Arbeitsgruppe Prävention Gesundheitsförderung am Lehrstuhl für Naturheilkunde an der Universität Duisburg-Essen.

Abdruck honorarfrei bei Nennung des Verlags.



Anna Paul
Die Kraft der Selbstheilung
Angewandte Mind-Body-Medizin für Zuhause
176 Seiten, 80 Farbfotos, 11 Zeichnungen
Laminierter Pappband
ISBN 978-3-8354-1418-1
€(D) 19.99 / €(A) 20.60 / sFr 28.50

München, Februar 2016

Über den Verlag

Der BLV Buchverlag gehört zu den führenden Ratgeber-Verlagen im deutschsprachigen Markt. Seine Kernkompetenz liegt in den Bereichen Garten und Natur. Ein wachsendes und attraktives Programm bietet der Verlag in den Segmenten Kochen, Selbermachen sowie Sport und Alpin.

Kontakt

Beleg erbeten an: BLV Buchverlag GmbH & Co. KG, Presse & Information, Albrechtstr. 14, 80636 München. Rückfragen beantwortet Ihnen gerne Lisa Glaßner, Tel. 089/120212-420, lisa.glassner@blv.de