

Epigenetik – so bringen Sie Ihre Gene selber auf Erfolgskurs



Wir sind nicht Opfer unserer DNA, wie wir bis vor kurzem noch geglaubt haben! Die faszinierende Wissenschaft der Epigenetik zeigt uns, wie wir Gesundheit, Wohlbefinden und Altern selber positiv beeinflussen können. DNA Health, Healthy Aging und Longevity sind definitiv auf dem Vormarsch!

Was bedeutet Epigenetik?

Das Wort Epigenetik stammt aus dem Griechischen: epi bedeutet «darüber» oder «auf». Die Epigenetik beschreibt also alles, was «über» unseren Genen liegt – Steuermechanismen, die Gene an- oder abschalten, ohne unsere eigentliche DNA zu verändern.

Wie können wir uns das genau vorstellen?

Es funktioniert wie bei einem Lichtschalter. Das Gen ist die Lampe – aber ob sie leuchtet, entscheidet der Schalter. Und genau diesen Schalter beeinflussen wir täglich selbst durch unseren Lebensstil – durch Ernährung, Bewegung, Schlaf, Regeneration, Sonnenlicht, Entgiftung, Gedanken, Gefühle, Beziehungen, Mindset, Bewusstsein sowie durch unsere Umgebung bzw. Umwelt.

Was bewirkt die Epigenetik in uns?

- Das Immunsystem wird gestärkt
- Die Zellgesundheit wird gefördert
- Alterungsprozesse werden verlangsamt
- Das Stresslevel wird nachhaltig gesenkt
- Körperliche und emotionale Heilung wird unterstützt
- Lebensenergie und Lebensfreude werden gesteigert

Kurz gesagt:

Epigenetik ist die Verbindung zwischen Bewusstsein, Lebensstil und Biologie. Sie zeigt Ihnen, dass Veränderung auf jeder Ebene und immer möglich ist – in Ihren Zellen, Ihrem Denken und in Ihrem Leben.

Als diplomierter Epigenetik Coach biete ich Sitzungen in meiner Praxis und online an. Unterstützt werde ich in meiner Arbeit durch professionelle DNA- und Healthy Aging-Tests aus renommierten europäischen Labors.

Ich freue mich auf Sie!



Herzlich willkommen!

- **Epigenetik**
- **Autogenes Training**
- **Coaching + Lebensberatung**
- **AUNDA Healing** nach Attilio Ferrara
- **Bodycode | Emotionscode | Beliefcode**
- **Workshops** Spirituelle Entwicklung + Energiearbeit

Behandlungen

- sind bereits ab Babyalter möglich
- auch per Online-Termin und auf Distanz
- von Tieren auch vor Ort (z. B. im Stall) möglich

Krankenkassen anerkannt

SPIRIT OF LIFE body + soul

Andrea Kölliker
Dipl. Therapeutin + Epigenetik-Coach
079 356 06 58
Schlossstrasse 1
3800 Interlaken
info@spirit-of-life.com
www.spirit-of-life.com