

In meiner Praxis für Epigenetik- Ernährungsberatung und Coaching biete ich folgende Themen an. Im Coaching sind es Vorbereitung auf die Pensionierung, Lebensfragen, Burnout Prophylaxe.

Mein zweiter Schwerpunkt ist die Gesundheit, insbesondere Ernährung und Vitalstoffe, Fasten, Entgiftung, Immunsystem und Darmgesundheit.

Die neue Wissenschaft der Epigenetik lasse ich außerdem in meine Behandlung einfließen. Die Frage: wie kann ich meine Gene beeinflussen ist ein wichtiger Faktor der Gesundheitsberatung. Ich arbeite außerdem als Dozentin und Supervisorin in Teams, leite Workshop im In - und Ausland.

Meine erste Ausbildung als Modedesignerin gibt mir nun als „Rentnerin“ die Möglichkeit die Malerei wieder auf zu nehmen. Ich biete Malkurse in meinem Atelier und in der Camargue an.



<http://www.silveragecoaching.ch>

Wie bist du zu NEFU gekommen?

Kollegin

Was hast du mit deinem ersten eigenen Geld gekauft?

Kleider

Warum hast du den Beruf als **Modedesignerin gewählt? Ich habe jedoch mehrere Berufe und jeder war zu seiner Zeit der Richtige**

Was bringt dich zum Lachen?

Trockener Humor, insbesondere Lorient

Was ist dein Lieblingslied und hat es eine besondere Bedeutung für dich?

«Sultans of Swing» von Dire Straits, der Song motiviert mich

Wer sind deine Vorbilder?

Ältere Menschen, welche immer noch aktiv sind und etwas bewirken. Menschen mit Zivilcourage

Wie lautet dein Lebensmotto?

„Das Alter runzelt die Haut, den Enthusiasmus zu verlieren, runzelt die Seele“

Was wünschst du dir für NEFU – das Netzwerk der Einfrau-Unternehmerinnen?

Gutes Netzwerken und dass wir uns gegenseitig berücksichtigen.

Ich bin in einer Basler Zunft (zu Schneidern) und das war im Mittelalter das Netzwerk, heute sind es Plattformen wie NEFU