



Maren Obst

*„Ich bin sportlich-aktive
2-fach Mama, Jahrgang 1984,
langjährige Ergotherapeutin und
zertifizierte Gesundheitscoachin.*

*Zusätzlich bin ich als
Fitnesstrainerin mit B-Lizenz
tätig. Mein Faible ist die
ganzheitliche Gesundheit mit
gezielter Ursachenbehandlung.“*

Telefon: **02204 / 914 86 95**

Mail: **kontakt@ergo-obst.de**

Webseite: **www.ergo-obst.de**

Ergo+Coaching
Maren Obst

Ergotherapie und Gesundheitscoaching

*mit Fokus auf
psychisch-funktionelle Behandlung
für **Privatversicherte und
Selbstzahlende**
im Alter zwischen 18 bis 60*

*Empathisch
Nachhaltig
Tiefgründig*

Jetzt NEU in Bensberg
Schau ins Land 1,
51429 Bergisch Gladbach

Individuelle Behandlung für mehr Handlungsfähigkeit und Lebensqualität

Meine Vorgehensweise:

Kostenfreies telefonisches Kennenlerngespräch



Fundierte Anamnese und Selbstreflexion mit der von mir entwickelten Methode Lebensrad



Gemeinsame Zielentwicklung



Spezifische Planung und wirksame Umsetzung der Therapieeinheiten



Stück für Stück zur Zielerreichung

Stress,
Erschöpfung,
Konflikte

Krankheits-
bilder

Stimmung,
Depression,
Ängste

Kognitive
Funktions-
einschränkungen

Lebenskrisen,
Schicksalsschläge

Therapeutische
Möglichkeiten

Konzentration,
Antrieb,
Ausdauer

Aufmerksamkeit,
Gedächtnis

Krisen-
bewältigung,
Lebenssinn

Selbstvertrauen,
Selbst-
wahrnehmung

Ergo+Coaching
Maren Obst 