



Iris Alheidt-Pehrish - Willkommen im Leben

Beyond Coaching

Wochen-Impuls:

Wöchentlich wechselnde Themen und Informationen zu mir und meiner Arbeit für Dich – als PDF zum Herunterladen oder schlichtweg zum dran erfreuen.



Iris Alheidt-Pehrish

Empfehlung der Woche:

Für alle, die noch nicht mit mir gearbeitet haben – Mein Angebot: **20-minütiges Erstgespräch** – kostenlos und unverbindlich, online via Zoom. Lerne mich und meine Arbeitsweise kennen und finde heraus, wie eine Zusammenarbeit für Dich aussehen könnte.



Impressum

Herausgeber: Iris Alheidt-Pehrish
Redaktion: Rebecca Gehrke
Layout: Rebecca Gehrke
Stand: 05. Januar 2026

Es wird keine Haftung für Inhalte von Dritten übernommen. Diese werden ausschließlich auf Wunsch veröffentlicht. Weitere Informationen entnehmen Sie bitte folgender Website:

<https://www.iris-alheidtpehrish.com>

Happy New Year

Ein neues Jahr liegt vor uns – 365 unbeschriebene Tage voller Möglichkeiten, Begegnungen und Chancen. Ich wünsche Dir von Herzen einen inspirierenden Start in 2026, viel Energie und Freude für alles, was auf Dich wartet.

Auch in diesem Jahr folgt wieder ganz viel Neues: spannende Impulse, Momente zum Wachsen, neue Angebote und mehr. Ich freue mich darauf, wenn ich Dich auch dieses Jahr auf Deinem Weg begleiten darf und wir gemeinsam kleine wie große Veränderungen und Erfolge feiern.

Auf ein wunderbares Jahr voller Möglichkeiten!



Neue Workshops im Januar 2026

Workshop: **Psychosomatik verstehen**

Weißt Du, was Dein Körper Dir sagen will? Unser Körper spricht ständig mit uns – oft leise, manchmal sehr deutlich. Doch in einem Alltag voller Anforderungen überhören wir diese Signale leicht. In diesem Workshop lernst Du, die Sprache Deines Körpers neu zu verstehen und sie als wertvollen inneren Kompass zu nutzen. **Inklusive Bodyscan mit dem TimeWaver zur Analyse Deiner Symptome** (funktioniert auch bei Tieren).

Am 17.01.2026 von 15:30 bis 18:30 Uhr, online via Zoom.
Anmeldung erforderlich, begrenzte Teilnehmerzahl (6 Personen).

Workshop: **Kommunikation zwischen Mutter und Tochter**

In diesem Workshop geht es darum, die Kommunikation zwischen Mutter und Tochter zu stärken. Gemeinsam lernen Teilnehmerinnen, sich besser zu verstehen, Konflikte konstruktiv zu lösen und die Beziehung wertschätzend zu gestalten. Praktische Übungen und Impulse unterstützen dabei, den Alltag entspannter und klarer zu gestalten.

Am 31.01.2026 von 10:00 bis 16:00 Uhr, online via Zoom.
Anmeldung erforderlich, begrenzte Teilnehmerzahl (6 Personen).

Weitere Informationen findest Du auf meiner Website.