



RAUCHFREI *werden*



Ihre Entscheidung für mehr Freiheit,
Gesundheit und Lebensqualität



MIT HYPNOSE
ZU EINEM
RAUCHFREIEN
LEBEN



FREIHEIT STATT VERZICHT

Ein Leben ohne Zigaretten
ist möglich.



NACHHALTIG & URSACHENORIENTIERT

Nicht gegen den Körper –
sondern mit Ihrem System.



SICHER & BEGLEITET

Mit Hypnose, Verständnis
und einem klaren Plan.



Marion Krönert

HEILPRAKTIKERIN & HYPNOTHERAPEUTIN

VORWORT

Vielleicht haben Sie schon öfter gedacht: „Jetzt höre ich auf.“

Vielleicht war der Entschluss sogar ganz klar.

Und trotzdem kam irgendwann wieder eine Zigarette.

Wenn Sie das kennen, haben Sie sich möglicherweise schon gefragt, warum es so schwer sein kann, etwas nicht mehr zu tun, das man eigentlich gar nicht mehr tun möchte.

Genau mit dieser Frage beschäftigt sich dieser Ratgeber.

Nicht mit erhobenem Zeigefinger.

Und auch nicht mit all den Gründen, warum Rauchen ungesund ist. Die meisten Menschen, die rauchen, kennen diese Gründe längst.

Mich interessiert eine andere Frage:

Warum rauchen Menschen manchmal weiter, obwohl sie bewusst längst entschieden haben, damit aufzuhören?

Denn eine Zigarette kann über viele Jahre mit ganz unterschiedlichen Situationen verbunden sein.

Mit dem Kaffee am Morgen.

Mit einer Pause.

Mit Stress.

Mit Geselligkeit.

Mit Belohnung.

Oder mit diesem einen kurzen Moment, der nur Ihnen gehört.

Vielleicht erkennen Sie beim Lesen einige dieser Situationen wieder.

Vielleicht stellen Sie aber auch fest, dass es bei Ihnen ganz anders ist.

Dieser Ratgeber soll Ihnen deshalb nicht erklären, **warum Sie rauchen**.

Er möchte Sie vielmehr dazu einladen, Ihr eigenes Rauchverhalten einmal aus einer anderen Perspektive zu betrachten.

Sie erfahren außerdem, welche Rolle therapeutische Hypnose bei einer Rauchentwöhnung spielen kann, wie ich dabei arbeite und was Sie von Hypnose erwarten können – und was nicht.

Vielleicht hilft Ihnen dieser Ratgeber dabei, die eine oder andere Frage für sich zu beantworten.

Vielleicht entstehen beim Lesen auch neue Gedanken.

Beides ist willkommen.

Nehmen Sie sich einfach das mit, was für Sie und Ihren eigenen Weg hilfreich ist.

Ihre Marion Krönert

Ich will doch aufhören. Warum rauche ich trotzdem?

Vielleicht kennen Sie diesen Gedanken:

„Eigentlich will ich gar nicht mehr rauchen.“

Sie wissen, dass Rauchen Ihrer Gesundheit schadet. Sie wissen, wie viel Geld Sie dafür ausgeben. Vielleicht stört Sie der Geruch. Vielleicht merken Sie, dass Ihre Kondition nachgelassen hat. Vielleicht haben Sie auch einfach keine Lust mehr darauf, Ihren Alltag danach auszurichten, wann und wo Sie die nächste Zigarette rauchen können.

Und trotzdem rauchen Sie weiter.

Vielleicht haben Sie schon einmal versucht aufzuhören. Vielleicht sogar mehrmals.

Sie haben die letzte Zigarette geraucht, die Packung weggeworfen und sich vorgenommen:

„Das war's. Ab morgen rauche ich nicht mehr.“

Und eine Zeit lang hat es vielleicht sogar funktioniert.

Bis dieser eine Moment kam.

Der Kaffee am Morgen. Eine stressige Situation. Ein Gespräch mit anderen Rauchern. Der Feierabend. Ein Glas Wein.

Oder einfach dieser Gedanke:

„Eine einzige kann doch nicht schaden.“

Und plötzlich war die Zigarette wieder da.

Vielleicht haben Sie sich danach gefragt:

„Warum schaffe ich das nicht? Ich will doch aufhören.“

Manche Menschen beginnen irgendwann sogar, an ihrer eigenen Willenskraft zu zweifeln.

Doch genau hier lohnt es sich, etwas genauer hinzuschauen.

Denn zwischen **„Ich will nicht mehr rauchen“** und **„Ich greife trotzdem zur Zigarette“** muss kein Widerspruch liegen.

Rauchen kann über viele Jahre zu einem Teil des Alltags geworden sein. Eine Zigarette war vielleicht nicht einfach nur eine Zigarette. Sie gehörte zu bestimmten Situationen. Zu bestimmten Gefühlen. Zu bestimmten Tageszeiten.

Vielleicht zur Pause.

Vielleicht zum Kaffee.

Vielleicht zu Stress.

Vielleicht zu Geselligkeit.

Vielleicht zu dem kurzen Moment, in dem Sie einfach einmal Ihre Ruhe haben wollten.

Je häufiger sich solche Situationen wiederholen, desto selbstverständlicher können die damit verbundenen Abläufe werden.

Irgendwann müssen Sie vielleicht gar nicht mehr bewusst überlegen:

„Jetzt möchte ich eine Zigarette rauchen.“

Sie greifen einfach danach.

Genau deshalb reicht die bewusste Entscheidung, nicht mehr rauchen zu wollen, manchmal nicht aus, um all diese über Jahre entstandenen Gewohnheiten und Verknüpfungen sofort verschwinden zu lassen.

Das bedeutet nicht, dass Ihre Entscheidung nicht ernst gemeint ist.

Und es bedeutet auch nicht, dass Sie zu wenig Willenskraft besitzen.

Vielleicht bedeutet es zunächst nur:

Es gibt etwas genauer anzuschauen.

Nicht nur die Frage:

„Wie schaffe ich es, keine Zigarette mehr anzuzünden?“

Sondern auch:

„Was ist eigentlich mit dieser Zigarette verbunden?“

Denn wenn Sie verstehen möchten, warum Sie trotz Ihres bewussten Wunsches weiterräumen, lohnt es sich, nicht nur auf die Zigarette selbst zu schauen.

Sondern auch auf das, was sie über die Jahre in Ihrem Leben begleitet hat.

Eine Zigarette ist manchmal mehr als eine Zigarette

Wenn Sie rauchen, gibt es wahrscheinlich Zigaretten, die Ihnen wichtiger erscheinen als andere.

Vielleicht könnten Sie auf manche relativ leicht verzichten.

Aber auf diese eine?

Die Zigarette am Morgen. Die zum Kaffee. Die nach dem Essen. Die in der Arbeitspause. Die nach einem Streit. Die beim Telefonieren. Die am Feierabend.

Vielleicht fühlt sich schon der Gedanke, genau diese Zigarette wegzulassen, anders an.

Warum?

Weil Rauchen über die Jahre mit bestimmten Situationen verbunden sein kann.

Nehmen wir die klassische Zigarettenpause.

Vielleicht haben Sie irgendwann gelernt:

Jetzt darf ich kurz raus. Jetzt habe ich ein paar Minuten für mich.

Mit der Zeit können Pause und Zigarette so selbstverständlich zusammengehören, dass kaum noch auffällt, was Sie in diesem Moment eigentlich gebraucht haben.

War es tatsächlich nur die Zigarette?

Oder vielleicht auch die Pause?

Ähnlich kann es bei Stress sein.

Die Situation wird unangenehm. Sie gehen hinaus, zünden eine Zigarette an und haben für einige Minuten Abstand.

Später bleibt vielleicht vor allem der Eindruck:

„Rauchen hilft mir bei Stress.“

Dabei lohnt es sich, genauer hinzuschauen: Was gehörte noch zu diesem Moment?

Sie haben die Situation verlassen. Sie haben eine Pause gemacht. Sie haben einige Minuten Abstand gewonnen.

Vielleicht war die Zigarette also mit etwas verbunden, das Sie in diesem Moment tatsächlich gebraucht haben.

Das können ganz unterschiedliche Dinge sein:

Ruhe. Pause. Belohnung. Abstand. Geselligkeit. Beschäftigung. Ein Moment für sich selbst.

Das bedeutet nicht, dass hinter jeder Zigarette ein tiefes psychologisches Bedürfnis verborgen sein muss.

Manchmal ist eine Gewohnheit auch einfach eine Gewohnheit.

Aber gerade deshalb lohnt es sich, nicht für jede Zigarette dieselbe Erklärung zu suchen.

Die interessantere Frage lautet:

Welche Bedeutung hat das Rauchen für mich persönlich bekommen?

Denn vielleicht möchten Sie gar nicht auf Ihre Pause verzichten.

Vielleicht möchten Sie weiterhin Ihren Kaffee genießen.

Vielleicht möchten Sie auch weiterhin mit Kollegen vor die Tür gehen oder am Abend fünf Minuten für sich haben.

Die entscheidende Frage ist dann nicht unbedingt:

„Wie verzichte ich darauf?“

Sondern:

„Muss die Zigarette wirklich dazugehören?“

Wenn der Kopf längst entschieden hat

Vielleicht haben Sie längst eine klare Entscheidung getroffen:

„Ich möchte nicht mehr rauchen.“

Und trotzdem gibt es Situationen, in denen die Hand beinahe automatisch zur Packung greift.

Das kann irritieren.

Denn eigentlich müsste eine Entscheidung doch reichen.

Oder?

Unser Verhalten besteht jedoch nicht ausschließlich aus bewussten Entscheidungen.

Viele Dinge im Alltag laufen selbstverständlich ab, weil wir sie oft wiederholt haben.

Sie steigen ins Auto und schnallen sich an.

Sie gehen morgens ins Badezimmer und greifen zur Zahnbürste.

Sie nehmen einen vertrauten Weg, ohne jede Abzweigung neu zu planen.

Solche automatisierten Abläufe erleichtern uns den Alltag.

Auch beim Rauchen können sich über die Jahre solche Muster entwickeln.

Kaffee – Zigarette. Pause – Zigarette. Telefon – Zigarette. Stress – Zigarette. Feierabend – Zigarette.

Das bedeutet nicht, dass Sie diesen Ablauf bewusst gewählt haben müssen. Und es bedeutet auch nicht, dass er unveränderbar ist.

Es erklärt lediglich, warum ein ernst gemeinter Entschluss und ein vertrauter automatischer Impuls eine Zeit lang nebeneinander bestehen können.

Vielleicht kennen Sie das:

Sie haben sich vorgenommen, weniger oder gar nicht zu rauchen.

Dann passiert etwas.

Und erst als die Zigarette bereits brennt, denken Sie:

„Eigentlich wollte ich doch gar nicht rauchen.“

Gerade solche Momente zeigen, warum es hilfreich sein kann, nicht ausschließlich gegen das Rauchen anzukämpfen.

Manchmal lohnt es sich vielmehr zu betrachten:

Wann greife ich zur Zigarette?

Was geht diesem Moment voraus?

Welche Situationen sind besonders eng mit dem Rauchen verbunden?

Und:

Was brauche ich möglicherweise in genau diesem Moment?

Damit verändert sich die Perspektive.

Aus:

„Warum bin ich nicht diszipliniert genug?“

kann eine wesentlich hilfreichere Frage werden:

„Was läuft hier eigentlich so selbstverständlich ab, dass ich bisher kaum darüber nachgedacht habe?“

An diesem Punkt kann auch therapeutische Hypnose interessant werden.

Nicht, weil sie Ihren eigenen Willen ersetzen soll.

Sondern weil sie eine Möglichkeit sein kann, sich mit inneren Erfahrungen, Gewohnheiten und individuellen Verknüpfungen auf eine andere Weise auseinanderzusetzen.

Was Hypnose verändern kann – und was nicht

Wenn Sie an Hypnose denken, haben Sie vielleicht sofort bestimmte Bilder im Kopf.

Jemand schnippt mit den Fingern.

Ein Mensch schläft plötzlich ein.

Oder jemand tut Dinge, die er normalerweise niemals tun würde.

Solche Vorstellungen entsprechen nicht dem, was Sie in einer therapeutischen Hypnose erwartet.

Hypnose bedeutet nicht, dass Sie willenlos werden.

Sie geben auch nicht einfach die Kontrolle über sich ab.

In der therapeutischen Arbeit wird vielmehr ein Zustand fokussierter Aufmerksamkeit genutzt, in dem innere Wahrnehmungen, Vorstellungen und Erfahrungen stärker in den Vordergrund treten können.

Was bedeutet das für die Rauchentwöhnung?

Hypnose kann einen Rahmen bieten, in dem Sie sich mit den individuellen Zusammenhängen Ihres Rauchens beschäftigen.

Welche Situationen spielen eine Rolle?

Welche Gewohnheiten haben sich entwickelt?

Welche Gefühle oder Bedürfnisse sind möglicherweise damit verbunden?

Und was könnte für Sie persönlich hilfreich sein, damit Veränderung möglich werden kann?

Dabei ist mir eine Unterscheidung besonders wichtig:

Hypnose ist kein Zauberschalter.

Niemand kann seriös versprechen, dass Sie nach einer bestimmten Anzahl von Sitzungen garantiert nie wieder rauchen werden.

Deshalb geht es in meiner Arbeit nicht darum, Ihnen einen Erfolg zu versprechen.

Es geht darum, gemeinsam zu schauen, ob und wie Hypnose für Ihren persönlichen Veränderungsprozess sinnvoll eingesetzt werden kann.

Ihre eigene Entscheidung bleibt dabei wichtig.

Denn Hypnose soll Ihren Willen nicht ersetzen.

Sie kann vielmehr eine Möglichkeit sein, die bewusste Entscheidung „**Ich möchte nicht mehr rauchen**“ therapeutisch zu begleiten und dabei auch die individuellen Zusammenhänge zu berücksichtigen, die mit dem Rauchen verbunden sein können.

Warum ich bei der Rauchentwöhnung nach dem „Warum“ schaue

Menschen rauchen nicht alle aus demselben Grund.

Deshalb halte ich wenig davon, jedem Raucher dieselben Sätze zu sagen:

„Zigaretten schmecken Ihnen nicht mehr.“

„Rauchen ist Ihnen vollkommen gleichgültig.“

Solche Suggestionen können Bestandteil hypnotischer Arbeit sein.

Für meine Arbeitsweise reicht mir das allein jedoch nicht.

Mich interessiert auch:

Warum wurde die Zigarette gerade für diesen Menschen wichtig?

Dabei muss nicht zwangsläufig eine große, verborgene Ursache gefunden werden.

Manchmal geht es um Gewohnheiten.

Manchmal um bestimmte Situationen.

Manchmal um Stress oder Anspannung.

Manchmal um das Gefühl einer Pause oder Belohnung.

Und manchmal zeigen sich im therapeutischen Prozess individuelle Zusammenhänge, die vorher bewusst gar nicht im Mittelpunkt standen.

Genau deshalb arbeite ich nicht nach dem Gedanken:

„Jeder Raucher braucht dieselbe Hypnose.“

Die therapeutische Arbeit orientiert sich an dem Menschen, der vor mir sitzt.

Dabei nutze ich unterschiedliche hypnotische Verfahren, mit denen individuelle Themen und innere Reaktionen in die Arbeit einbezogen werden können.

Für mich bedeutet ursachenorientiertes Arbeiten deshalb nicht:

„Es muss irgendwo in Ihrer Vergangenheit ein bestimmtes Ereignis geben, das wir finden müssen.“

Sondern:

Wir schauen nicht nur auf das sichtbare Verhalten, sondern bleiben offen für die Frage, was dieses Verhalten individuell mitträgt.

Manchmal ist die Antwort überraschend einfach.

Manchmal komplexer.

Und nicht immer muss die bewusste Ebene jedes Detail kennen.

Wichtig ist mir dabei, dass Sie nicht gegen sich selbst kämpfen müssen.

Denn die Frage ist nicht:

„Was stimmt mit mir nicht, weil ich immer noch rauche?“

Sondern:

„Was könnte hilfreich sein, damit ich meinen bisherigen Umgang mit der Zigarette verändern kann?“

Nicht auf den Moment für sich selbst.

Vielleicht geht es vielmehr darum, herauszufinden, ob die Zigarette dafür wirklich weiterhin notwendig sein muss.

Ist Hypnose überhaupt etwas für mich?

Vielleicht sind beim Lesen inzwischen Fragen entstanden.

Das ist ganz normal. Gerade bei Hypnose gibt es einige Vorstellungen und Unsicherheiten, die immer wieder auftauchen.

„Was ist, wenn ich gar nicht hypnotisierbar bin?“

Menschen erleben Hypnose unterschiedlich. Nicht jeder erlebt dieselbe Tiefe oder dieselben Phänomene.

Für die therapeutische Arbeit ist außerdem nicht entscheidend, ob Sie einen spektakulären Trancezustand erleben.

In einem Erstgespräch können wir besprechen, wie ich arbeite und ob dieser Ansatz für Sie passend erscheint.

„Verliere ich während der Hypnose die Kontrolle?“

Therapeutische Hypnose bedeutet nicht, dass Sie willenlos werden.

Sie bleiben am therapeutischen Prozess beteiligt.

Gerade deshalb ist mir wichtig, dass Sie sich mit der Vorgehensweise wohlfühlen und der Veränderung selbst zustimmen.

„Muss ich an Hypnose glauben?“

Sie müssen Hypnose nicht mystifizieren oder an etwas Übernatürliches glauben.

Eine gewisse Offenheit für die Methode und die Bereitschaft, sich auf den Prozess einzulassen, sind allerdings sinnvoll.

„Was ist, wenn ich schon fünfmal aufgehört habe?“

Dann haben Sie fünf Erfahrungen gemacht, aus denen sich möglicherweise etwas lernen lässt.

Ein früherer Rückfall sagt nicht automatisch voraus, wie ein zukünftiger Versuch verlaufen wird.

Interessant kann vielmehr sein:

Was hat damals funktioniert?

Wann wurde es schwierig?

Was war in genau diesem Moment mit der Zigarette verbunden?

All diese Erfahrungen können für die weitere Arbeit wertvoll sein. Denn das, was Sie aus früheren Versuchen bereits über sich wissen, kann in die individuelle Gestaltung der Hypnose einfließen.

So muss ein neuer Versuch nicht einfach eine Wiederholung des letzten sein.

„Kann Hypnose garantieren, dass ich danach Nichtraucher bin?“

Nein.

Eine solche Garantie wäre nicht seriös. Kein therapeutisches Verfahren kann Ihnen versprechen, wie sich Ihr persönlicher Veränderungsprozess entwickeln wird.

Hypnose kann im Rahmen einer therapeutischen Rauchentwöhnung eingesetzt werden. Ob sie für Sie persönlich die passende Methode ist, lässt sich am sinnvollsten individuell besprechen.

Vielleicht ist deshalb die entscheidende Frage gar nicht:

„Funktioniert Hypnose bei jedem?“

Sondern:

„Passt diese Form der therapeutischen Arbeit zu mir?“

So läuft meine Rauchentwöhnung ab

Wenn Sie sich für eine Rauchentwöhnung mit Hypnose interessieren, müssen Sie nicht sofort das gesamte Programm buchen.

Am Anfang steht bei mir ein persönliches Erstgespräch.

Dabei geht es zunächst um Sie.

Wie lange rauchen Sie bereits?

Wie viel rauchen Sie?

Gab es frühere Versuche aufzuhören?

Welche Situationen sind besonders eng mit dem Rauchen verbunden?

Und was wünschen Sie sich von der Veränderung?

Sie haben dabei auch die Möglichkeit, Fragen zu stellen und meine Arbeitsweise kennenzulernen.

Erst danach entscheiden Sie, ob Sie diesen Weg mit mir gehen möchten.

Meine Rauchentwöhnung ist nicht als einzelne Standardsitzung gedacht, in der lediglich einige Suggestionen gegen das Rauchen gegeben werden.

Ich arbeite mit einem strukturierten Konzept über mehrere Sitzungen.

Dabei können – abhängig von Ihrer individuellen Situation – unterschiedliche Schwerpunkte eine Rolle spielen: Gewohnheiten und Auslöser, persönliche Verknüpfungen, der Umgang mit bestimmten Alltagssituationen sowie die Stabilisierung der angestrebten Veränderung.

Welche Themen tatsächlich relevant sind, zeigt sich individuell im therapeutischen Prozess.

Begleitend erhalten Sie ein eigenes Heft für Ihren weiteren Weg.

Darin finden Sie Gedanken und Fragen zu typischen Situationen nach einer Rauchentwöhnung – beispielsweise zum Umgang mit einem plötzlich auftauchenden Gedanken an eine Zigarette, zu alten Gewohnheiten oder zu schwierigen Momenten.

Auch hier geht es nicht darum, dass Sie etwas perfekt machen müssen.

Das Begleitheft soll Ihnen vielmehr ermöglichen, bestimmte Situationen später noch einmal in Ruhe einzuordnen.

Mir ist außerdem wichtig:

Sie sollen vor Beginn wissen, worauf Sie sich einlassen.

Deshalb ist das Erstgespräch keine Verpflichtung, anschließend eine Rauchentwöhnung bei mir durchzuführen.

Es ist zunächst genau das:

Ein Gespräch.

Und danach können Sie entscheiden, ob mein Ansatz zu Ihnen passt.

Vielleicht ist Ihr nächster Schritt erst einmal nur eine Frage

Wenn Sie bis hierher gelesen haben, wissen Sie wahrscheinlich nicht plötzlich alles über Ihr eigenes Rauchverhalten.

Das müssen Sie auch nicht.

Vielleicht haben Sie aber an der einen oder anderen Stelle etwas von sich wiedererkannt.

Vielleicht haben Sie über eine Zigarette nachgedacht, die Ihnen besonders wichtig erscheint.

Vielleicht ist Ihnen aufgefallen, dass Sie mit dem Rauchen etwas verbinden, das Sie bisher kaum beachtet haben.

Oder Sie haben einfach festgestellt:

„Ich möchte aufhören - aber ich möchte diesmal anders an die Sache herangehen.“

Auch das kann ein Anfang sein.

Sie müssen nach dieser Broschüre noch keine Entscheidung für Hypnose getroffen haben.

Vielleicht ist Hypnose für Sie ein interessanter Weg.

Vielleicht möchten Sie zunächst mehr darüber wissen.

Und vielleicht stellen Sie nach einem Gespräch fest, dass Sie einen anderen Weg bevorzugen.

Auch das ist in Ordnung.

Denn eine Entscheidung für Rauchfreiheit sollte Ihre Entscheidung bleiben.

Wenn Sie herausfinden möchten, wie ich bei der Rauchentwöhnung arbeite und ob mein Ansatz zu Ihnen passen könnte, können wir Ihre Fragen in einem persönlichen Erstgespräch besprechen.

Danach entscheiden Sie in Ruhe, ob Sie diesen Weg weitergehen möchten.

Vielleicht muss Ihr nächster Schritt deshalb noch gar nicht heißen:

„Jetzt muss ich endlich aufhören.“

Vielleicht lautet er zunächst nur:

„Ich möchte verstehen, was mir bisher im Weg gestanden hat.“

Und manchmal beginnt Veränderung genau dort:

Nicht mit Druck.

Sondern mit einer Frage.

Möchten Sie herausfinden, ob dieser Weg zu Ihnen passt?

Vielleicht haben Sie beim Lesen etwas von sich selbst wiedererkannt.

Vielleicht ist Ihnen bewusster geworden, welche Situationen Sie persönlich mit dem Rauchen verbinden.

Oder Sie möchten einfach mehr darüber erfahren, wie eine Rauchentwöhnung mit Hypnose bei mir abläuft.

Dafür gibt es das persönliche Erstgespräch.

In diesem Gespräch können wir uns Ihre individuelle Situation anschauen. Sie können Ihre Fragen stellen, meine Arbeitsweise kennenlernen und erfahren, wie mein Rauchfrei-Programm aufgebaut ist.

Danach entscheiden Sie in Ruhe, ob Sie diesen Weg mit mir gehen möchten.

Persönliches Erstgespräch

30 Minuten · 50 €

Erstgespräch online vereinbaren [Link-Ziel einsetzen]

Sie möchten zunächst noch mehr erfahren?

Mehr über meine Rauchentwöhnung erfahren [Link-Ziel einsetzen]

Marion Krönert Heilpraktikerin & Hypnosetherapeutin Hypnose in
Potsdam – Fahrland & Babelsberg

heilpraxis-in-potsdam.de

HINWEIS & ANBIETERINFORMATION

Hinweis

Dieser Ratgeber dient der allgemeinen Information über meine Arbeitsweise bei der Raucherentwöhnung mit Hypnose. Er ersetzt keine individuelle medizinische oder therapeutische Beratung, Untersuchung oder Behandlung.

© 2026 Marion Krönert · Alle Rechte vorbehalten.

Die Inhalte dieser Broschüre dürfen ohne vorherige Zustimmung weder vollständig noch auszugsweise vervielfältigt, verbreitet oder veröffentlicht werden.

Vollständige Anbieterinformationen: Impressum auf heilpraxis-in-potsdam.de
[Link-Ziel einsetzen]