

MONIKA BRÖHL

ZEITLOS

Raus aus dem Gesundheits-Blindflug

Das persönliche Steuerungssystem für mehr
Energie, Regeneration und Lebensqualität.





Du steuerst dein
Unternehmen über Zahlen.
Deinen Körper steuerst du
nach Verdacht.

DAS ECHO DEINER HEUTIGEN ENTSCHEIDUNGEN

Die Zukunft beginnt nicht irgendwann. Sie beginnt heute.

Es gibt Menschen, die mit 75 nach Sizilien fliegen, ein neues Projekt anfangen und mit ihren Enkeln über den Strand laufen.

Und es gibt Menschen im gleichen Alter, deren Alltag jedes Jahr ein Stück kleiner wird. Nicht, weil sie es so wollen.

Der Unterschied entsteht nicht mit 75. Er entsteht mit 48. Mit 53. In den Jahren, in denen noch alles geht und man deshalb nicht hinschaut.

Dein Körper führt Buch. Über jede kurze Nacht, jedes ausgelassene Mittagessen, jeden Monat mit zu viel Druck. Er sagt nur lange nichts dazu.

Irgendwann sagt er doch etwas. Meistens leise. Die Erholung dauert länger als früher. Der Kopf braucht morgens eine Stunde. Das gewohnte Pensum kostet mehr, als es gekostet hat.

Welches Echo sollen deine heutigen Entscheidungen in zehn Jahren haben?





RAUS AUS DEM GESUNDHEITS-BLINDFLUG.

Jeden Tag neue Gesundheitstipps. Aber was braucht dein Körper?

Vitamin D. Intervallfasten. Eiweiß. Detox. Hormone. Superfoods.

Noch nie war so viel über Gesundheit bekannt. Und noch nie waren so viele Menschen so unsicher, was davon für sie gilt.

In deinem Unternehmen würdest du so nicht arbeiten. Du entscheidest nicht nach Gefühl, ob eine Investition sinnvoll ist. Du siehst dir die Zahlen an.

Bei deinem Körper machst du es umgekehrt. Du nimmst etwas, weil ein Podcast es empfohlen hat. Du lässt etwas weg, weil eine Schlagzeile es nahegelegt hat. Und dann hoffst du, dass es passt.

Das ist der Gesundheits-Blindflug. Keine Nachlässigkeit. Fehlende Daten.

Gesundheit beginnt nicht mit der nächsten Empfehlung. Sie beginnt mit Klarheit.

Wie wäre es, wenn du deinen Körper nicht länger nach Verdacht steuerst, sondern nach deinen eigenen Werten?

Genau dafür gibt es das Zeitlos-System.

IST DAS ÜBERHAUPT DAS RICHTIGE FÜR DICH?

Das Richtige zum richtigen Zeitpunkt

"Das ist gesund." Diesen Satz liest du jeden Tag.

Er müsste heißen: Das kann gesund sein. Für jemanden.
Unter bestimmten Bedingungen.

Ist es auch für dich gesund? Und ist es für deinen Körper in
diesem Monat das Richtige?

Ich sehe das immer wieder. Jemand startet hoch motiviert
eine Entgiftung, obwohl sein Körper dafür noch nicht stabil
genug ist. Danach geht es ihm schlechter als vorher, und er
hält sich selbst für undiszipliniert.

Andere nehmen hochwertige Präparate und merken nichts.
Nicht, weil die Produkte schlecht sind. Weil der Körper sie in
diesem Zustand nicht aufnimmt.

Die Reihenfolge stimmt nicht.

Gesundheit beginnt nicht mit einer Maßnahme. Sie beginnt
damit, den richtigen Schritt zur richtigen Zeit zu gehen.

Ob das Zeitlos-System der richtige Schritt für dich ist, findest
du auf den nächsten Seiten heraus.

Das ist gesund

Was wir für
unvermeidlich halten,
ist meistens das
Ergebnis täglicher
Entscheidungen, die
sich über Jahre
summieren.

Monika Bröhl



Erfahrung



Du führst ein Unternehmen. Wer führt deinen Körper?

Wenn deine Marge einbricht, siehst du es im Bericht, bevor du es im Konto siehst. Deshalb schaust du monatlich drauf. Nicht aus Kontrollzwang, sondern weil du sonst erst reagieren könntest, wenn es teuer geworden ist.

Bei deinem Körper hast du diesen Bericht nicht. Du merkst die Veränderung erst, wenn sie schon eine Weile läuft.

Diese Sätze höre ich in Erstgesprächen fast wörtlich immer wieder:
Ich funktioniere noch, aber es kostet mehr Kraft als früher.
Ich schlafe genug und wache trotzdem nicht erholt auf.
Ich nehme seit zwei Jahren Präparate und weiß nicht, ob sie ankommen.
Ich brauche keine Informationen mehr. Ich brauche Prioritäten.

Gemerkt hast du es zuerst. Gesagt hast du es niemandem.

Nach zwölf Monaten ist Jens Hofer wieder der Chef, der Vater und der Ehemann, der er sein will. Nicht mehr launisch, nicht mehr gestresst.

Jens hat das Zeitlos-System als Erster vollständig durchlaufen. Was er zu Beginn gesagt hat, klang wie die Sätze auf der Seite davor.

Leicht war das Jahr nicht:

Die Entgiftung war heavy, total unangenehm. Das war für mich die größte Herausforderung. Es hat sich gelohnt, es hat sich wirklich gelohnt.

Das erlebt jeder anders. Wie eine Entlastung sich anfühlt, hängt davon ab, wo der Körper zu Beginn steht.

Und einmal ging es rückwärts. Im Herbst stand Jens vier Monate lang selbst auf seinen Baustellen, weil ihm Leute fehlten.

Im Frühjahr habe ich unglaublich gute Abschlüsse gemacht. Die habe ich im Herbst alle abgearbeitet. Da bin ich an meine Grenzen gestoßen.

Körperliche Arbeit und Stress erhöhen den Verbrauch. Seine Versorgung lief unverändert weiter, auf dem Stand von jemandem, der im Büro sitzt. Ich habe immer konstant eingenommen, nie mehr, sagt er dazu. Die dritte Messung hat es gezeigt, danach haben wir nachgesteuert.

Jens ist heute im zweiten Jahr und hat mit Zeitlos Fokus verlängert. Seine Frau und die drei Teenager haben inzwischen selbst einen Zeitlos-Kompass gemacht. Seine vier Messungen stehen auf der nächsten Seite.

Zwischenbilanz nach 180 Tagen: youtu.be/fPOKGknzzMI

Nach einem Jahr: youtu.be/tgdkEa-SKP0

oder auf www.monikabroehl.de

Der Verlauf

Gesundheits-Score von Jens Hofer. Je kleiner das Minus, desto besser versorgt der Körper.

Dezember 2024

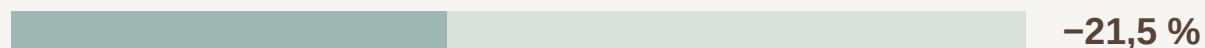
Erste Messung



Minuspunkte: 89 von 205

Mai 2025

Zweite Messung

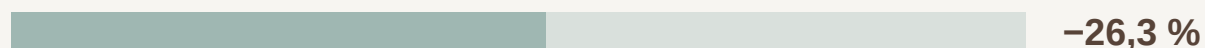


Minuspunkte: 44 von 205

45 Punkte besser

Januar 2026

Dritte Messung

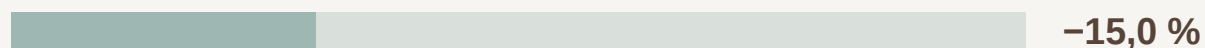


Minuspunkte: 55 von 205

11 Punkte schlechter

Juni 2026

Vierte Messung, Anschlussjahr



Minuspunkte: 33 von 220

22 Punkte besser

Die Skala ist zwischen der dritten und der vierten Messung von 205 auf 220 Punkte gestiegen. Kupfer, Kalium und Lithium sind neu dazugekommen, weil sie inzwischen als lebensnotwendig eingestuft werden. Der Test wird angepasst, sobald sich der Kenntnisstand ändert.

Die ersten drei Messungen gehören zum Programmjahr, die vierte zum Anschlussjahr.

Ein Verlauf zeigt, was eine einzelne Messung nicht zeigen kann:
wann ein Plan nicht mehr zum Leben passt.

WARUM DEIN BLUTBILD NUR EINEN TEIL ZEIGT

*Zwei Fragen, zwei verschiedene
Antworten.*



"Mein Blutbild war völlig in Ordnung."
Und trotzdem stimmt das Gefühl nicht.
Beides kann gleichzeitig wahr sein.

Ein Blutbild beantwortet die Frage: Ist etwas krank? Es sucht Werte außerhalb der Norm und Hinweise auf eine Erkrankung. Das ist wichtig, und dafür ist es gemacht.

Es beantwortet nicht die Frage, die dich beschäftigt: Bekommt mein Körper jeden Tag das, was er für Energie, Regeneration und Belastbarkeit braucht?

Blut hält einen Moment fest. Haare halten Monate fest.

Der **Zeitlos-Kompass** misst Aminosäuren, Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente, Belastungen, den Gesundheits-Score und den Verlauf über zwölf Monate.

Dein Blutbild sagt dir, ob du krank bist.
Der Zeitlos-Kompass sagt dir, ob dein Körper versorgt ist.
Du brauchst beide Antworten.

Das Zeitlos-System

KEIN WUNDERMITTEL.
EIN STEUERUNGSSYSTEM.

Kein einzelner Stoff wirkt allein.

Eiweiß ohne genug Vitamin C, Selen und Zink wird nicht zu Muskel.
Kalzium ohne dieselben Helfer wird nicht zu Knochen.

Nährstoffe arbeiten in Netzwerken, nicht einzeln.

Deshalb kannst du deine Versorgung nicht raten. Du musst sie messen.

Genau daran scheitern die meisten Selbstversuche.
Ein Wunderstoff wird durch die Medien geschickt, NAD, Kollagen, Polypeptide, und niemand fragt, ob dein Körper die Cofaktoren dafür überhaupt in ausreichender Menge hat.

Du nimmst das Richtige und es kommt trotzdem nichts an.

Das **Zeitlos-System** besteht aus fünf Teilen.

Drei Messungen über zwölf Monate, die Übersetzung deiner Werte in Entscheidungen, eine geprüfte Versorgungsstrategie, laufende Steuerung und Arbeitshefte für jede Phase.

Testen. Wissen. Machen.

Extratipp:

Bevor du das nächste Präparat kaufst, sieh nach, welche Cofaktoren es braucht, um überhaupt zu wirken.

Eiweiß braucht z.B. Vitamin C, Selen und Zink. Kalzium braucht dieselben Helfer.

Steht auf keiner Packung.



Der Zeitlos-Kompass

Dein orthomolekulares Körper-Cockpit.

Drei Messungen über zwölf Monate zeigen dir, wo dein Körper steht, was sich verändert und was als Nächstes angepasst werden muss.

Gemessen werden Aminosäuren, Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente und Belastungen. **46 Werte** aus einer Haarprobe, dazu dein **Gesundheits-Score** und dein **Verlauf**.

Nach jeder Analyse setzen wir uns **60 Minuten** zusammen.

Ich übersetze deine Werte in Entscheidungen: was jetzt zuerst zählt, was sich ändern muss und was warten kann.

Das ist meine eigentliche Arbeit. Ich bin **Dolmetscherin** zwischen deinem Körper und dir. Aus Symptomen und gemessenen Werten wird ein Satz, mit dem du etwas anfangen kannst.

Ich stelle keine Diagnose und behandle nicht.

Ich zeige dir, wie dein Körper versorgt ist, und was du daraus machen kannst.



So wird gemessen

Du bekommst ein Entnahme-Kit nach Hause. Darin ist alles, was du brauchst, mit einer Anleitung.

Du schneidest eine kleine Probe am Nacken ab, direkt an der Kopfhaut. Ca. **10 Haare**, unter dem Deckhaar abgeschnitten, sichtbar ist davon nichts.

Gefärbte Haare sind kein Problem.

Schicke die Haarprobe an die angegebene Adresse.

Nach etwa 3-4 Werktagen liegt deine Auswertung vor.

Warum Haare und kein Blut: Blut zeigt einen Moment. Es schwankt mit dem Frühstück, mit Stress, mit der Tageszeit.

Haare speichern, was über Monate tatsächlich in deinen Zellen angekommen ist.



Für eine Momentaufnahme nimmst du Blut.
Für einen Verlauf nimmst du Haare.

46 Werte.

Wie viele bekommt dein Körper?

Hak ab, was du über Ernährung und Nahrungsergänzung täglich zu dir nimmst.

- | | |
|---------------------------------------|--|
| ☐ L-Alanin | ☐ Beta-Carotin |
| ☐ L-Arginin | ☐ Vitamin B1 |
| ☐ L-Asparagin | ☐ Vitamin B2 |
| ☐ L-Carnitin | ☐ Vitamin B3 |
| ☐ L-Cystein | ☐ Vitamin B5 |
| ☐ Homocystein | ☐ Vitamin B6 |
| ☐ L-Glutamin | ☐ Vitamin B9 |
| ☐ Glycin | ☐ Vitamin B12 |
| ☐ L-Histidin | ☐ Biotin |
| ☐ L-Lysin | ☐ Vitamin C |
| ☐ L-Methionin | ☐ Vitamin E |
| ☐ L-Ornithin | ☐ Calcium mit D3 und K2 |
| ☐ Phenylalanin | ☐ Magnesium |
| ☐ L-Prolin | ☐ Zink |
| ☐ Serin | ☐ Chrom |
| ☐ Taurin | ☐ Selen |
| ☐ L-Threonin | ☐ Eisen |
| ☐ L-Tryptophan | ☐ Coenzym Q10 |
| ☐ L-Tyrosin | ☐ Mikrobiom |
| ☐ Valin | ☐ OPC |
| ☐ Leucin | ☐ Omega-3 |
| ☐ Isoleucin | ☐ Kupfer |
| | ☐ Kalium |
| | ☐ Lithium |

Dazu wird gemessen, was du nicht zu dir nimmst, sondern abbekommst:

Schwermetallbelastung und E-Smog. Im Zeitlos-System zusätzlich Telomerlänge und Gesundheits-Score.

Was du abgehakt hast, ist das, was du zu dir nimmst.
Ob es in deinen Zellen angekommen ist, steht auf keiner Packung.

Wir erschaffen uns unsere Realität von innen nach außen

ERST DAS BILD. DANN DER PLAN.

Die meisten kommen über den Körper zu mir. Über Energie, Schlaf, Stress. Das ist der richtige Einstieg. Es ist nicht der Anfang.

Der Anfang ist eine Frage, die kaum jemand für sich beantwortet hat: Wie soll dein Leben mit achtzig aussehen. Nicht "gesund", das sagen alle. Sondern: Wo wohnst du. Wer sitzt mit am Tisch. Was machst du an einem Dienstagvormittag.

Ohne dieses Bild bleibt dein Wunsch abstrakt. Und Abstraktes verliert im Alltag immer gegen das, was heute dringend ist.

Deshalb bekommst du vor dem Start ein Workbook, die Power-Fragen. Es wird monatlich hervorgeholt, ergänzt und gestrichen, weil Visionen wachsen.

Erst steht das **Zielbild**. Von dort wird **rückwärts geplant**, bis zum heutigen Tag. Die Messung sagt dir, wo du startest.

Dein Körper muss dich noch dreißig Jahre tragen. Wohin, das entscheidest du jetzt.

DAS ZEITLOS-JAHR AUF EINEN BLICK

Monat 1 bis 2 Standortbestimmung

Zeitlos-Kompass 1,

46 Werte, Telomerlänge, Gesundheits-Score, Schwermetalltest.

Auswertungsgespräch, 60 Minuten.

Danach dein erster Ernährungs- und Dosierungsplan. Start Journal.

Monat 2 bis 4 Detox Leber Power Kur

mit Workbook, Rezepte, TCM-Wissen, alte Hausmittel. Bewährtes, kombiniert mit deinem **persönlichen Plan**.

Monat 4 bis 6 Stoffwechsel

Dein Körper verwertet Nährstoffe wieder besser. Figur und Muskelerhalt hängen an einem aktiven Stoffwechsel. Stoffwechsel Journal

Monat 7 bis 10 • Regeneration

Zeitlos-Kompass 2

46 Werte, Telomerlänge, Gesundheits-Score

Was sich verändert hat, wird sichtbar.

Bewegung, Gehirntaining, BrainGym.

Regenerations Journal

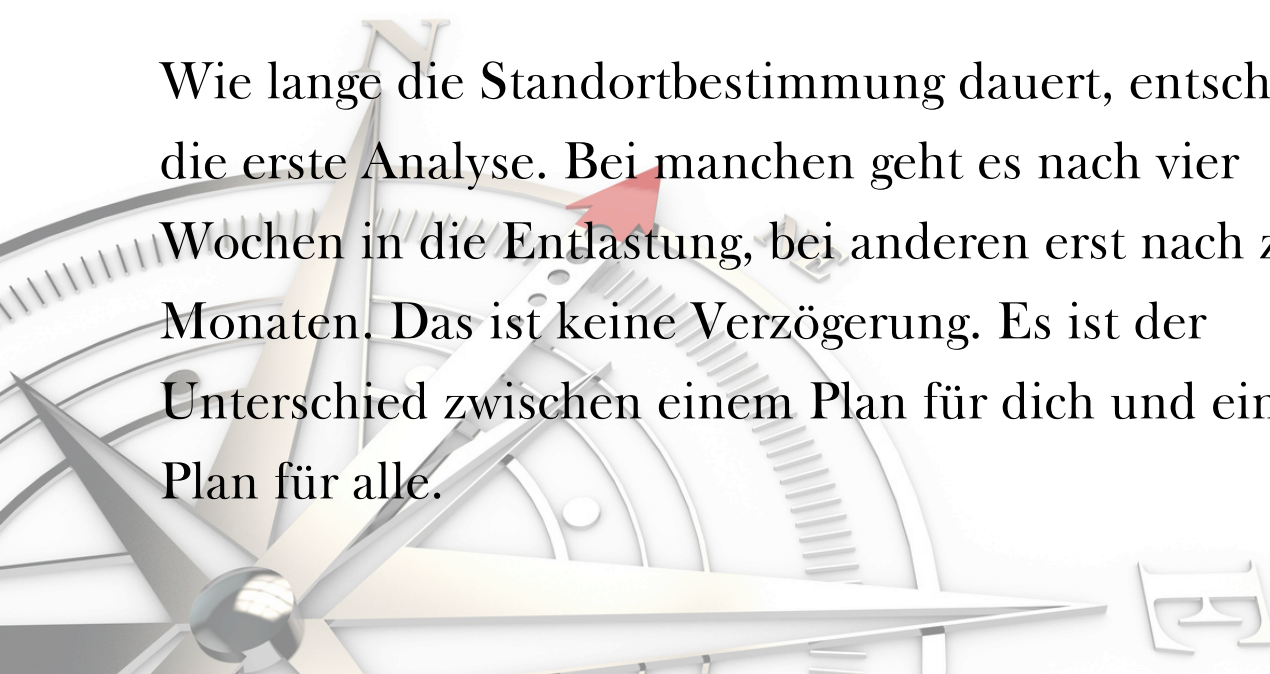
Monat 10 bis 12 Transformation

Zeitlos-Kompass 3

46 Werte, Telomerlänge, Gesundheits-Score, Schwermetalltest.

Slow Aging Journal

Bilanz über zwölf Monate. Übergabe: wie du deine Werte künftig selbst im Blick behältst.



Wie lange die Standortbestimmung dauert, entscheidet die erste Analyse. Bei manchen geht es nach vier Wochen in die Entlastung, bei anderen erst nach zwei Monaten. Das ist keine Verzögerung. Es ist der Unterschied zwischen einem Plan für dich und einem Plan für alle.



Was eins zu eins hier heißt

Zwei feste Termine im Monat, je 30 Minuten, über die vollen zwölf Monate.
Das sind 24 Gespräche.

Dazu nach jedem **Zeitlos-Kompass** ein **Auswertungsgespräch** von 60 Minuten.
Dreimal im Jahr.

Aber die Zahlen sind nicht das Entscheidende.
Entscheidend ist, was in diesen Terminen passiert. Ein Plan wird nicht einmal erstellt und dann abgearbeitet. Er wird geändert. Wenn du vier Wochen lang schlecht schläfst, wenn ein Projekt kippt, wenn du drei Wochen unterwegs bist, wenn du plötzlich körperlich arbeitest statt am Schreibtisch zu sitzen: dann stimmt die Dosierung von letztem Monat nicht mehr.

Ich sehe das an den Werten und ich höre es im Gespräch. Aus beidem zusammen wird ein Satz, mit dem du etwas anfangen kannst.

Das ist meine eigentliche Arbeit.

Ich bin Dolmetscherin zwischen deinem Körper und dir. Ich stelle keine Diagnose und ich behandle nicht.



ZWISCHEN DEN TERMINEN

Jede Woche eine E-Mail. Ein **Impuls**, eine Information, die zu der Phase passt, in der du gerade stehst. Kein Newsletter, keine Sammlung von Studien. Eine Sache.

Wer sie nicht will, schaltet sie ab und bekommt dieselben Inhalte im Gespräch. Dazu kommt der **Wissensbereich**.

Onboarding, **Vertiefung** zu jeder Phase, **TCM-Wissen**, Rezepte für die Detox- und die Stoffwechselphase, geführte Zukunftsmeditation, **Interviews** mit Fachleuten. Nancy Hanisch, Sexualtherapeutin, spricht dort über Sexualität im Alter.

Und jetzt der Satz, den du an dieser Stelle vermutlich nicht erwartest: du musst da nicht hinein.

Die meisten meiner Mentees öffnen den Bereich selten. Sie führen Unternehmen, sie haben keine freien Abende zum Stöbern. Deshalb ist der Wissensbereich nicht der Ort, an dem du dir zusammensuchst, was du brauchst.

Was für dich gerade wichtig ist, bekommst du im Gespräch und in der Wochenmail.

Die Bibliothek ist für die Wochen, in denen du tiefer gehen willst. Nicht für die anderen.

ZEITLOS CLASSIC, ZWÖLF MONATE

Das Kernprogramm

**Drei Zeitlos-Kompass-Analysen, in
Monat 1, Monat 7 und Monat 12**

**Drei Auswertungsgespräche à 60
Minuten**

**24 Termine à 30 Minuten, zwei pro
Monat**

**Individuelle Versorgungsstrategie mit
Dosierung nach deinen Werten
Ernährungsplan und Phasenpläne
Laufende Anpassung von Dosierung,
Reihenfolge und Tempo**

**Gesundheits-Score und Verlauf über
zwölf Monate**

Wertvolle Ergänzungen

**Phasen Journale
der rote Faden jeder Phase**

**Power-Fragen
das Workbook für dein Zielbild**

**Leber Power Workbook als
Kurbegleiter**

**Wochenimpuls, jede Woche ein
Gedanke zu deiner Phase**

**Wissensbereich mit Vertiefungen,
Meditationen und Interviews**



Die Präparate bestellst du selbst. Ich empfehle nur, was ich selbst ausprobiert habe und was bei mir und in meiner Familie im Schrank steht.

Bei manchen Firmen bekomme ich eine Provision, bei anderen nicht. Was ich dir empfehle, richtet sich danach, was deine Werte zeigen, nicht danach, wo ich verdiene. Und du kannst dich an meine Empfehlung halten oder etwas anderes wählen, das bleibt deine Entscheidung.

Meine Arbeit ist die Auswertung, die Priorisierung, die Dosierung nach deinen Werten statt nach Packungsbeilage, die Prüfung auf Verträglichkeit, die Reihenfolge und die Begleitung über zwölf Monate.

A portrait of Monika Bröhl, a woman with short grey hair and glasses, smiling. The background is a soft, out-of-focus beige.

Monika Bröhl

Für wen das ist und für wen nicht

Das Zeitlos-System ist für Selbstständige, Unternehmerinnen und Unternehmer ab Mitte vierzig. Menschen, die Verantwortung tragen. Für sich, für Mitarbeitende, oft auch für die Familie. Ob du täglich im Betrieb stehst oder ihn längst übergeben hast, ändert daran nichts. Eine feste Altersobergrenze gibt es nicht, eine meiner Mentees ist siebenundsechzig.

Die meisten kommen nicht in einer Krise. Sie kommen mit einem Satz wie: es geht noch alles, aber es ist anstrengender als früher.

Für drei Gruppen bin ich nicht die Richtige. Das sage ich lieber jetzt als im Erstgespräch.

Menschen, die überzeugt sind, dass Ernährung allein alle nötigen Stoffe liefert. Darüber diskutiere ich nicht, ich messe. Und wenn das Ergebnis der eigenen Überzeugung widerspricht, muss man bereit sein, etwas zu ändern.

Sehr kranke Menschen mit Medikamenten und echten Risiken. Diese gehören in ärztliche Behandlung. Ich arbeite an der Gesunderhaltung.

Und wer eine Haaranalyse auf Bioresonanzbasis grundsätzlich ablehnt. Ich versuche gar nicht erst, ihn zu überzeugen.



WER ICH BIN

Ich lerne, seit ich denken kann, und ich höre nicht auf damit.
Meine Entwicklung ist für mich ein Puzzle. Jedes Mal, wenn ein
Stein eine Lücke schließt, entsteht ein neues Bild und neue
Verbindungen.

Mein zweiter Mann ist mit siebenundvierzig gestorben, nachts,
ohne Vorwarnung. Von da an lief etwas mit, das mir lange nicht
bewusst war.

Meine Mutter ist fünfundneunzig. Sie hat sehr viel Zeit
bekommen. Sie war Unternehmerin, immer kreativ und gern
unterwegs, und heute kommt sie nicht mehr aus ihrer Wohnung,
kann nicht mehr lesen, hört schlecht und würde so gern noch
teilnehmen. Der Kopf ist klar, die Verbindung zur Welt ist weg.

Zwischen diesen beiden steht alles, was ich heute tue.

**Ich kann niemandem Jahre versprechen. Ich kann helfen, dass die
Jahre, die jemand bekommt, gute Jahre sind.**

Ich messe seit über zwanzig Jahren. Angefangen hat es in der
Firma meines zweiten Mannes, die unter anderem Profisportler
betreute. Wie viele Messungen es insgesamt waren, weiß ich nicht
genau, ich schätze rund zweitausend.

Das Zeitlos-System ist jung. Der Messkern dahinter ist es nicht.

Selbstständig seit 1994, ausgebildet als Drogistin, Kosmetikerin,
psychologische Beraterin und ganzheitliche Ernährungsberaterin
mit Schwerpunkt TCM und 5-Elemente-Ernährung. Ich verbinde
Traditionelle Chinesische Medizin, orthomolekulare Medizin,
Epigenetik und Telomerforschung. Nicht dogmatisch, sondern
dort, wo es für den einzelnen Menschen Sinn macht.



DER NÄCHSTE SCHRITT

ES GIBT ZWEI WEGE, UND SIE SIND NICHT GLEICH GROSS.

Du willst erst wissen, wo du stehst.

Dann buch den **Zeitlos-Kompass** einzeln. 46 Werte, Gesundheits-Score, grafische Auswertung und ein Gespräch, in dem ich dir sage, was die Werte für deinen Alltag bedeuten.

Dazu eine Produktempfehlung mit Dosierung, die zu deinen Werten passt. 557 Euro.

Danach entscheidest du, ob mehr daraus werden soll.

Du willst etwas ändern.

Dann sprechen wir vorher miteinander. Das Erstgespräch ist kein Verkaufstermin mit vorbereiteter Präsentation.

Ich will wissen, wo du stehst, was du in den nächsten Jahren vorhast und ob ich die Richtige dafür bin. Wenn ich das nicht bin, sage ich es dir.

Testen. Wissen. Machen.

[Terminlink](#)

WOLLEN WIR IN KONTAKT BLEIBEN?



Ich freue mich, von dir zu hören. Ob du Fragen zum Zeitlos-System hast, über einen Vortrag sprechen willst oder wissen möchtest, ob der Zeitlos-Kompass für dich der richtige Anfang ist. Schreib mir oder ruf an. Ich melde mich schnellstmöglich zurück.

Lebenqualität ohne Verfallsdatum

+49 163 68 000 88

mb@monikabroehl.de

<https://monikabroehl.de>



MONIKA.BROEHL

Jetzt Termin vereinbaren – ich freue mich auf dich!

Termin

Bildmaterial über Canva, verwendet im Rahmen der Canva Content License oder
@Marcel Valentino, @Justin Bockey
© 2026 Monika Bröhl-Croci. Alle Rechte vorbehalten.



@Marcel Valentino