



SEMINAR „WERKSTATT ZUR SELBSTENTWICKLUNG & LEBENSFREUDE“

Suchen Sie nach neuen Impulsen, um mit Anforderungen und Stress besser umgehen zu können und diese mehr als konstruktive Herausforderungen wahr zu nehmen?

Mit unserem Know-how aus den Bereichen Salutogenese und Resilienz bieten wir Ihnen ein besonderes Seminar. Dabei kommen Methoden und Wissen aus der Salutogenese Forschung, der Schematherapie, dem Kommunikationstraining, den achtsamkeitsbasierten Verfahren, der Körpertherapie und der aktuellen Stressforschung zum Einsatz.

In 10 aufeinander aufbauenden Modulen lernen Sie Schritt für Schritt Ihre persönlichen Ressourcen auszubauen. Sie profitieren von umfassenden Erfahrungen, Inspiration und gegenseitiger Motivation.

Der Rahmen dieses Gruppenangebots ermöglicht ein hohes Maß an Erfahrungsaustausch, Inspiration und gegenseitiger Motivation.

Termine: montags von 18.00 bis 20.00 Uhr
Start: 28. Oktober 2024
04.11., 11.11., 18.11., 25.11., 02.12., 09.12., 16.12.,
13.01.25, 20.01.25

Leitung: Anja Klevers

Kosten: 350 € für 10 Module

Ort: Katharina Kasper ViaNobis GmbH | Klostertreff
Katharina-Kasper-Str. 6 | 52538 Gangelt

Anmeldeschluss: 4. Oktober 2024

Wir freuen uns auf Sie!

Anja Klevers
Dipl. Sozialpädagogin
Resilienztherapeutin

Simeon Matentzoglu
Facharzt für Psychiatrie
und Psychotherapie