

Resilienz und innere
Kräfte aktivieren
4.-7. Oktober 2022

Inseltage auf Juist
Focusing & Meditation





Übernachtung und Verpflegung

Infos finden Sie unter www.juist.de

Alles auf einen Blick

In dem 4tägigen Retreat tauchen Sie in Ihre körperliche und psychische Erlebenswelt ein, um dem Alltag mit Resilienzen und inneren Stärken bewusst wieder zu begegnen.

Sie erfahren, wie Mediation Ihre Gedanken zu beruhigen vermag, wie Sie ganz bei sich sind und Sie sich innerlich spüren können.

Focusing bietet Ihnen auf ganz natürliche Weise eine körperorientierte Innenschau und das Finden neuer Wege.

In dieser Kombination nähern Sie sich dem inneren Erleben, nehmen wahr, wie sich Ihre Bewusstheit und Einstellung zu sich selbst verändert, um so zu einer neuen verkörperten Weisheit zu gelangen.

Teilnehmen können: alle persönlich und beruflich Interessierte

Kursort: Terrassensaal der evangelischen Kirche auf Juist

Kurszeiten: 09:00 bis 12:00 und 16:30 bis 19:00

Kosten: 390 €

Kursleitung: Dipl. Psych. Sylvia Hübschen, Focusing-Koordinatorin TIFI New York

Dipl. Betriebsw. Claudia Kiy, Meditationsleiterin, Heilpraktikerin, Focusing-Begleiterin

Anmeldung

Name: _____

Anschrift: _____

E-Mail: _____

Telefon: _____

Die Kursgebühr wird mit der Anmeldung fällig.

Bei Anmeldung bis zum 30. Juni 2022 erhalten Sie einen Frühbucher-Rabatt von 30€.

Anmeldeschluss: 31. August 2022

Mindestteilnehmerzahl: 6 Personen

Focusing Zentrum Saarland

Dipl.-Psych. Sylvia Hübschen

Tel: 06806 102 381 | Fax: 06806 603 285

info@focusing.saarland | www.focusing.saarland

IBAN DE33 5001 0517 0723 1692 30