

## Wochenende-Seminar: „Kraftquellen“

Kraftquellen tragen dazu bei, das Leben aus der Tiefe heraus zu leben.



### Ziele:

- Bekannte Kraftquellen wahrnehmen und zusätzliche entdecken, in mir selber, in meiner Umgebung, in anderen.
- Mit dieser Kraft Neues ausprobieren und förderliche Lebensgewohnheiten erkennen und umsetzen.
- Den eigenen Körper spüren, sich über Bewegung ausdrücken, heilsame Begegnung erfahren.

**Gemeinsam in wertschätzender Umgebung neue Erfahrungen machen und Energie tanken.**



- Zielgruppe:** Menschen, die sich eine Auszeit nehmen und mehr über sich selbst erfahren möchten (ab 18 Jahre). Max. 12 Personen.
- Zugang:** Verschiedene Methoden aus der Systemischen Therapie (z.B. Aufstellungen, Rollenspiele) sowie Elemente der Tanzimprovisation, Körperarbeit und Körperwahrnehmung.
- Termin:** Samstag, 28. Jänner 2017, 11 bis 18 Uhr, und Sonntag, 29. Jänner 2017, 10 bis 17 Uhr
- Voraussetzung:** Bereitschaft, sich auf Prozesse und Begegnungen einzulassen.
- Ort/Kosten:** Wehrg. 25/1, 1050 Wien (U4 Kettenbrückeng.), 160 bis 220 Euro (nach Selbsteinschätzung), 12 Einheiten psychotherap. Selbsterfahrung
- Leitung:** Katja Vlcek, Psychotherapeutin (Systemische Familientherapie)  
Helga Elea Smejkal MA, BEd, Psychomotorikerin & Shiatsu-Praktikerin
- Anmeldung:** bis spätestens 15. Jänner 2017  
bruecken@vlcek.at oder 0664/573 60 68

**Gemeinsam in wertschätzender Umgebung neue Erfahrungen machen und Energie tanken.**