



***Das Leben ist stärker -
Trauma und Transformation***
Jahresgruppe

*Anna Kuwertz
Anna Regula Maurer ktw*

*9. bis 12. Januar 2014
25. - 27. April 2014
25. - 27. Juli 2014
20. - 23. November 2014*

träger: katharina-werk basel (ktw)

Bildungshaus FERNBLICK

Bündtstrasse 20A
CH 9053 Teufen AR

T+ 41 (0)71 335 09 19
F+ 41 (0)71 335 09 11

info@fernblick.ch
www.fernblick.ch

Bitte senden Sie mir:

- Das Kursprogramm
- Informationen für Gastgruppen

Bitte
frankieren

Bildungshaus Fernblick
Bündtstrasse 20a
CH-9053 Teufen AR

Das Leben ist stärker - Trauma und Transformation

Jahresgruppe

Haben Sie öfter das Gefühl, dass mit Ihnen «etwas nicht stimmt» und Sie dies Erleben nicht verstehen, nicht einordnen können? Fühlen Sie sich unerklärlich eingeschränkt und wissen nicht, warum?

Kommen Sie an die Grenze, Ihren Alltag bewältigen zu können, weil Sie sich chronisch niedergedrückt fühlen, die vitale Lebensenergie sich wie «eingeschlafen» fühlt?

Haben Sie körperliche Beschwerden (z.B. Rückenschmerzen), die medizinisch nicht diagnostizierbar sind?

Erleben Sie sich immer wieder in komplizierten Beziehungen, die nicht gelingen, die zu sich immer wiederholenden Mustern und Brüchen führen?

Werden Sie immer wieder einmal «überfallen» von heftigen Gefühlen oder inneren bedrohlichen Bildern, die Sie nicht einordnen können?

Innerhalb einer festen Gruppe gehen wir gemeinsam und jede/r für sich diesen Fragen nach. Wir werden informieren über das Wesen von Trauma und den Auswirkungen im menschlichen Leben.

Wir werden grundlegende Fähigkeiten entwickeln, die für Traumaheilung wesentlich sind: Achtsamer Umgang mit sich und anderen; Entwickeln von Klarheit und Stabilität; Ausdrucksfindung für eigene Gefühle und Empfindungen; Erwecken und Aktivieren von vitaler Lebensenergie und Lebensfreude.

Mit kreativen Mitteln stärken wir unsere Gestaltungskraft, die verschüttet zu sein scheint, sich wie lahmgelegt anfühlen mag. Aus der Verwandlung von tiefem Leid in schöpferische Lebenskraft finden wir zurück ins Spiel und in den Klang des verlorengegläubten Lebens. Was erstarrt ist, wird beweglich; was unaussprechlich ist, bekommt Ausdruck; was kontaktlos geworden ist, findet zurück in die Beziehungsfähigkeit.

Wir verbinden uns mit unserem unverletzlichen Kern, der die Quelle ist für organisches Heilen und Wachsen in der Einzigartigkeit einer jeden Person - und der die Botschaft trägt: Das Leben ist stärker!

Inhalte

- Thematische Impulse
- Therapeutische Arbeit in der Gruppe und einzeln
- Körper- und Stimmarbeit
- Bewegung und Tanz
- Klang und Musik
- Achtsamkeitspraxis und Meditation
- Heilrituale

Zur Teilnahme ist ein Vorgespräch erforderlich. Bitte kontaktieren Sie dazu Anna Kuwertz (annakuwertz@web.de) oder Anna Regula Maurer (a.r.maurer@katharina-werk.org).

Leitung

Anna Kuwertz
Rhythmikerin
Körpertherapeutin - Traumaexpertin

Anna Regula Maurer ktw
Traumaexpertin
Gesprächs- und Körpertherapeutin
Kontemplation und Lichtheilung

Daten

Donnerstag bis Sonntag, 9. - 12. Januar 2014
Freitag bis Sonntag, 25. - 27. April 2014
Freitag bis Sonntag, 25. - 27. Juli 2014
Donnerstag bis Sonntag, 20. - 23. November 2014

jeweils von 18.00 Uhr (Kursbeginn) bis 14.00 Uhr (Kursende)

Kosten

Kurs: Fr. 1'200.-

Pension:
Januar und November: EZ Fr. 273.- / DZ Fr. 250.-
April und Juli EZ Fr. 180.- / DZ Fr. 166.-



Kursanmeldung

Ich melde mich verbindlich an zur Jahresgruppe
«Das Leben ist stärker - Trauma und Transformation».

- Einzelzimmer
 Doppelzimmer
 Falls kein Einzelzimmer verfügbar ist, bin ich bereit, ein Doppelzimmer zu teilen

Name: _____

Vorname: _____

Adresse: _____

PLZ: _____ Ort: _____

Tel. Privat: _____

Tel. Geschäft: _____

Mobiltelefon: _____

Email: _____

Datum: _____

Unterschrift: _____

Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie eine Anmeldebestätigung.