Achtsamkeit und Gesprächsführung

Wir alle möchten unser Leben so vollständig und bewusst wie möglich leben. Deshalb dürfen wir lernen, dort zu sein, wo das Leben stattfindet, nämlich genau im hier und jetzt. Wir richten den Fokus unserer Aufmerksamkeit auf Körperempfindungen, Gedanken und Gefühle. Worte können heilen aber auch verletzen, werde dir dieser Energie bewusst.

Ziel des Seminars:

- ✓ Du lernst was Achtsamkeit ist
- ✓ Du lernst achtsam mit dir und den Mitmenschen umzugehen
- ✓ Du lernst achtsam mit deinen persönlichen Ressourcen umzugehen
- ✓ Du lernst ein achtsames, professionelles Coachingsgespräch zu führen
- ✓ Du lernst, wie Worte heilen können

Es erwartet dich:

- Praktische Übungen
- Meditationen
- Skript mit Theorie
- Persönliche und individuelle Unterstützung

Voraussetzung:
Du hast das Basisseminar Sensitive Wahrnehmung oder schon Kurse im spirituellen Bereich besucht. Du bist offen für neues und interessiert, neue Erfahrungen zu machen, die dich persönlich weiterbringen.

Datum: Freitag, 30. & Samstag, 31. August 2024

Seminarzeiten: 09:00 – ca. 17:00 Uhr

Seminarkosten: CHF 450.-
am Seminartag bar zu bezahlen
oder bis Freitag, 23. August 2024 via Bank IBAN CH36 0025 4254 2321 4240 M
Getränke, Zwischenverpflegungen, vegetarisches Mittagessen sind inbegriffen

Seminarleitung: Jacqueline Brander und Jris Rutz

Anmeldeschluss: Samstag, 17. August 2024

Seminar Anmeldung:	Jris Rutz	Tel: 079 752 80 61	hello@jrisrutz.ch
	Jacqueline Brander	Tel: 078 645 15 67	jbrander@jaribuni.ch

Seminarort: Energie und Körperarbeit, Jris Rutz, Sommersbüel, 9200 Gossau SG

Kostenlose Abmeldung ist bis 30 Tage vor dem Seminar möglich. Ab 14 Tage vor Seminarbeginn verrechnen wir CHF 50.- Bearbeitungsgebühr.
Ab 7 Tage vor dem Seminarbeginn werden 50% vom Seminarbetrag in Rechnung gestellt. Ab 7 Tage vorher wird der volle Betrag berechnet. Bei nicht erscheinen ist der volle Betrag zu bezahlen. Versicherung ist Sache des Teilnehmers. Es gelten die AGB.