

STERBEN LERNEN, LEBEN LERNEN: HEILSAMER UMGANG MIT TOD UND TRAUER

Vertiefungskurs Achtsamkeit in Darry, 18.-21.Mai 2017

Kaum etwas wird in der Regel so verdrängt und kann gleichzeitig unser Leben so stark bereichern wie die Auseinandersetzung mit der eigenen Vergänglichkeit. Mit Hilfe von geleiteten Meditationen, Vorträgen, Übungen und Austausch wollen wir uns auf den eigenen Tod vorbereiten und dadurch Präsenz, Lebensfreude, Vertrauen und Loslassen stärken. Themen werden sein: Endlich leben: Was gibt meinem Leben Sinn? Sterbemeditationen, Erkenntnisse aus der Nahtod-Forschung, Umgang mit Abschied und Trauer, Endlichkeit und Unendlichkeit: Geborgen im Sein.

Der Kurs soll ein Angebot für alle sein, die bereits eine Einführung in die Praxis der Achtsamkeit erhalten haben und die diese wieder aufnehmen, auffrischen oder vertiefen möchten. Eine schöne Umgebung und viel Zeit in stiller Praxis (Sitz- und Gehmeditation, Bodyscan und Yoga) unterstützen uns darin, innerlich zur Ruhe zu kommen, zu entspannen, aufzutanken und Inspiration zu finden. Shiatsu- Einzelsitzungen können zusätzlich bei Eva Kamm gebucht werden.



- Termin:** 18.-21.05.2017 Donnerstag 17 Uhr - Sonntag 13.30 Uhr
- Ort:** www.arts-and-movements.de, Sehr schönes Seminarhaus in Darry, Ostseenähe
- Kursleitung:** Susanne Kersig, Dipl.Psychologin, www.achtsamkeit.info,
Eva Kamm, Yoga und Shiatsu, www.heil-bewusst-sein.com
- Anmeldung:** Mit unten stehendem Anmeldeformular per Post, Fax oder Scan an Susanne Kersig,
Kirchentwiete 10, 22765 Hamburg, Tel. 040 - 209 10 247, Fax 040-209 10246,
susanne@kersig.de
- Fortbildungspunkte:** 34 Fortbildungspunkte wurden von der PTK SH bewilligt.
- Gebühren:** Seminargebühr 295 Euro plus 54 Euro für die Nutzung des Seminarzentrums, gesamt
349 Euro auf das Konto IBAN DE02 1001 0010 0457 0001 08, Postbank Berlin
bis zum 06.04.17 überweisen. Verpflegung: 96 Euro für 3 Tage, Unterkunft je nach
Zimmerkategorie, siehe Preisliste Arts-and-Movements.
- Rücktritt:** Ist bis 8 Wochen vor Kursbeginn möglich, solange die Mindest-Teilnehmerzahl von 10
Personen gewährleistet ist. Die Storno-Gebühr beträgt 30 Euro. Danach oder bei
weniger als 10 Personen nur, wenn eine ErsatzteilnehmerIn gestellt wird.



Anmeldung

Fax 040 - 209 10 246 oder als Scan an susanne@kersig.de

Hiermit melde ich mich verbindlich für den Aufbaukurs Achtsamkeit: **STERBEN LERNEN, LEBEN LERNEN** vom 18.-21.05.2017 in Darry an. Ich bin mit den Rücktrittsbedingungen einverstanden. Ich nehme auf eigene Verantwortung am Seminar teil. Die Gebühr von 349 Euro überweise ich bis zum 6.4.17. auf oben stehendes Konto.

Name: _____ Vorname: _____ Telefon: _____

Strasse: _____ PLZ, Wohnort: _____

Email _____ Datum, Unterschrift: _____

Vor-Erfahrungen (wenn nicht bei mir, mit wem usw.) _____