

BEWUSST(SEIN)

Ihr Schlüssel zum Glück!

*„Das Unbewusste ist gewissermaßen der Mutterboden,
aus dem Bewusstsein wächst.“*

Carl Gustav Jung



wahrnehmen.

loslassen.

entspannen.

WORKSHOP

Samstag, 24.11.2018 10:00 – 18:00 Uhr

Anmeldung und nähere Infos unter:

www.stress-burnout-beratung.at



**STRESS
BURNOUT
BERATUNG**

MARLENE SCHALKO

STRESS BURNOUT BERATUNG

Dipl. psychologische Beraterin

Dipl. Burnout-Prophylaxe Trainerin

Dipl. Wirtschafts- und Kommunikationstrainerin

+43 677 62 63 49 39

office@marlene-schalko.at

www.stress-burnout-beratung.at

Praxis und Seminarraum:

Wallackg. 2/12 (Ecke Hetmanekg. 12), 1230 Wien



Zielgruppe

Private Personen ab 18+

Ziel

wahrnehmen.

loslassen.

entspannen.

*„Der Schlüssel dazu, sich eines glücklichen und erfüllten Lebens erfreuen zu können, ist der Bewusstseinszustand.
Das ist das Wesentliche.“*

Dalai Lama

Sie bringen von Natur aus schon alles mit was Sie brauchen, um den Widrigkeiten des Lebens die Stirn zu bieten.
Nutzen Sie die Verbindung zwischen Psyche, Emotion & Körper bewusst für Ihre Lebensqualität und Ihr Glück.

Weg vom Gefühl der Ohnmacht – hin zu aktiver Glücksgestaltung!

- Ich bringe mit aufmerksamer Wahrnehmung Unbewusstes in mein Bewusstsein
- Ich reagiere aktiv auf mögliche Blockaden
- Ich kenne meine Bedürfnisse und habe die Möglichkeit selbst etwas für mein Wohlbefinden zu tun
- Ich fühle mich gestärkt und nicht mehr hilflos ausgeliefert

Inhalt

Sie dürfen sich in meinen Workshops neben der Vermittlung von theoretischem Hintergrundwissen über viele praktische Übungen freuen.
Nach meiner Auffassung und dem Feedback von Workshop Teilnehmern bzw. Klienten, unterstützt Sie die praktische Umsetzung der Übungen auch im Alltag am meisten.

Alles das was Sie selbst probiert, erlebt und gefühlt haben hinterlässt mehr Eindrücke, als nur Gehörtes oder Gelesenes.

Selbstverständlich ist die Teilnahme an den Übungen freiwillig unter dem Motto: "Sie können, aber Sie müssen gar nichts."

- Klärung: Was macht den Unterschied zwischen Unterbewusstsein und Bewusstsein aus und was bedeutet das für mich?
- Meine unbewussten „Blockaden“ aufspüren und entschärfen
- Meine Bedürfnisse wahrnehmen – Möglichkeiten für die Umsetzung schaffen
- Das Zusammenspiel von Psyche / Emotion / Körper erkennen und für das Loslassen nutzen
- Entspannungs- und Wahrnehmungsübungen

Vorkenntnisse

Es sind keine Vorkenntnisse notwendig.

Bringen Sie einfach Neugier und Spaß am sich selbst besser kennenlernen mit.

Dauer / Ort

Samstag, 24.11.2018 von 10:00 bis 18:00 Uhr

Mittagspause: 1 Stunde

Seminarraum:

Wallackg. 2 (Ecke Hetmanekg. 12) Untergeschoss
1230 Wien

Anreise

Mein Seminarraum befindet sich ca. 5 Gehminuten von der U-Bahnstation U6 Perfektastraße entfernt.

Die Haltestelle der Autobuslinie 61A (Stipcakgasse) befindet sich in ca. 80 m Entfernung.

Parkplätze bitte ausserhalb des Betriebsgeländes benützen. Am Wochenende sollten mehr als genug in der Nähe verfügbar sein.

Verpflegung

Für die kleinen Pausen zwischendurch stehen ein Obstkorb, Snacks, Kaffee, Tee, Obstsaft und Wasser zur freien Entnahme bereit.

Für die Mittagspause befinden sich unterschiedliche Gastronomiebetriebe in unmittelbarer Nähe und auch Einkaufsmöglichkeiten stehen in Fußnähe zur Verfügung.

Selbstverständlich können mitgebrachte Speisen auch im Aufenthaltsraum, der am Seminarraum angeschlossen ist, sehr gerne verzehrt werden.

Kosten / Anmeldebedingungen

€ 120,-

Der Betrag ist **VOR** Workshopbeginn auf mein Konto zu überweisen, wodurch ihr Platz gesichert ist.

Bankverbindung: Marlene Schalko

Verwendungszweck: " Workshop Bewusstsein" - BITTE UNBEDINGT ANGEBEN!

IBAN AT16 2027 2000 0073 7338

BIC SPZWAT21XXX

Waldviertler Sparkasse Bank AG

**Die Anmeldung bitte über das Kontaktformular auf der Website, oder per Email an office@marlene-schalko.at vornehmen.
Bitte achten Sie auf die Vollständigkeit und Richtigkeit Ihrer Datenangaben.**

Teilnahme-/Stornobedingungen

Die Teilnahme erfolgt freiwillig und auf eigene Gefahr.

Sollte der Workshop aufgrund geringer Teilnehmerzahl nicht zustande kommen, überweise ich den Betrag selbstverständlich zurück.

Bei angetretenen Workshop besteht keinerlei Anspruch auf Rückzahlung.

Sollte der Workshop aufgrund einer Erkrankung meinerseits nicht zustande kommen, wird ein Ersatztermin bekanntgegeben.

Ist die Teilnahme für Sie an diesem Termin nicht möglich, erhalten Sie den Betrag selbstverständlich zurück.

Ein kostenloses Storno Ihrerseits ist bis 1 Woche vor Workshopbeginn in schriftlicher Form möglich. Danach wird der Betrag in voller Höhe in Rechnung gestellt, bzw. ist von Ihnen zu überweisen.

Mit der schriftlichen Anmeldung zum Workshop stimmen Sie den Teilnahme- und Stornobedingungen, sowie der Verarbeitung Ihrer Daten nach dem neuen Datenschutzgesetz vom 25.05.2018 zu.

Datenschutz

Selbstverständlich ist mir der Schutz Ihrer persönlichen, sensiblen und strafrechtlichen Daten ein großes Anliegen.

Ich verarbeite Ihre Daten daher ausschließlich auf Grundlage der gesetzlichen Bestimmungen (DSGVO, TKG 2003).

Sie haben noch Fragen?

Nähere Infos auf www.stress-burnout-beratung.at

Selbstverständlich stehe ich Ihnen auch gerne unter 0677 62 63 49 39 oder per Email office@marlene-schalko.at für Auskünfte zur Verfügung.

Ich freue mich, Sie bald in meinem Workshop begrüßen zu dürfen!

Mit lieben Grüßen
Marlene Schalko