



.....ohne Ende

Kursangebot Alltagsbewältigung bei Überforderung, Überflutung

Daten	15.9./22.9./29.9./6.10. 2011 von 19.30h-21.30h
Kosten	200 Sfr. in Härtefällen, Absprache mit den Kursleiterinnen möglich
Ort	Praxis Nadine Caflisch, Rue de Lausanne 13, 1700 Fribourg
Leitung	Katharina Luggen, Therapeutin in somatischer Therapie IIBS und Psychosynthese, Wahrnehmungstrainerin Nadine Caflisch, Psychologin FSP, Psychotherapeutin ASP
Sprache	deutsch
Anmeldung/ Info	bis 9.9.2011 an Nadine Caflisch, Rue de Lausanne 13, 1700 Fribourg oder per mail an n.caflisch@bluewin.ch oder katharina_luggen@hotmail.com per t 026/321 31 41

Kursabsicht Dem - Ich muss noch, ich sollte noch, ich habe noch nicht, ... entgegenwirken, eigene neue Strategien entwickeln, Luft und Kraft tanken

Angewendet werden unterschiedliche Methoden wie Entspannungsübungen, kreativer Ausdruck, Wahrnehmung...