



Reflexion des eigenen Lebens

„Nur wer zu sich selber gut ist, kann anderen Gutes tun!“

Um für andere Menschen Halt sein zu können, muss man „gut im Leben stehen“. Je besser ich mich mit meinen Stärken und Schwächen kenne, umso leichter werde ich Unterstützung und Hilfe sein können und dabei selber gestärkt bleiben.

In diesen Stunden steht das eigene Leben mit folgenden Fragen im Mittelpunkt:

- Was geschieht, wenn ich den Blick auf mich selber richte?
- Kommen Ängste in mir auf?
- Wie kann ich lernen, mit unabänderbaren Situationen umzugehen?
- Was freut mich?
- Wo sind meine Kraftquellen?
- Was ist in meinem Leben aktuell?
- Wer oder was hat große Bedeutung?

Datum und Uhrzeit

Donnerstag, 6. Mai 2010, 18:00 – 21:00 Uhr

Veranstaltungsort

Wissensturm Linz, 10. Stock, Seminarraum 705, Kärntnerstraße 26, 4020 Linz

Trainerin

Alexandra Schaubmayr, Dipl. Gesundheits- und Krankenschwester mit langjähriger Erfahrung im Palliativbereich, Psychotherapeutin (Existenzanalyse und Logotherapie)

Anmeldung

Aufgrund der beschränkten TeilnehmerInnenzahl (max. 15 TeilnehmerInnen) bitten wir Sie bei Interesse um eine Anmeldung **bis spätestens Montag, 3. Mai 2010** telefonisch unter 0650/470 00 72 oder per E-Mail an ulf.office@vsg.or.at!

Die Teilnahme ist kostenlos!