

Workshop

Zufriedenheit stärkt die Gesundheit.

Wie können Sie dafür sorgen?

Von Fr. **13.1.** (18–21 Uhr) bis Sa. **14.1.**
(10–18 Uhr incl. 2 Stunden Mittagspause)

Kosten: 160 €
(am 14.1. ist ein Mittagessen enthalten)

Anmeldung und Fragen

Bernd Hanisch (Heilpraktiker für Psychotherapie)
Ruf 030 - 516 44 748
hanixhanisch@gmx.de

Sieglinde Hoppmann (Heilpraktikerin)
Ruf 0178 - 188 78 40
sieglinde-hoppmann@web.de

www.bindungsenergetik-berlin.de

Gerne können Sie sich auch direkt beim Hotel anmelden. Entweder per Mail: veranstaltungen@toskanaworld.net oder Sie sprechen mit Frau Mayrhofer
Ruf 036 461 - 910 40

Veranstaltungsort und Übernachtungsmöglichkeit

Hotel an der Therme Bad Sulza

Rudolf-Gröschner-Str. 11
99518 Bad Sulza
Ruf 036 461 - 910 40
Fax 036 461 - 910 13
www.hotel-an-der-therme.de

Eine Übernachtung können Sie nach Bedarf optional dazu buchen (z.B. in Haus 3, einfache Kategorie):
EZ 48,50 € incl. Frühstück und
2 Stunden Thermennutzung (DZ 81 €)

Ein Workshop-Wochenende
für Ihre Gesundheit

Zufriedenheit stärkt die Gesundheit

Wie können Sie dafür sorgen?



Bildnachweis: B. Hanisch (Titel), J. Stephan (Innen)

Fr. 13. – Sa. 14. Januar 2017
Hotel an der Therme, Bad Sulza

 **Bindungsenergetik-Berlin**

Zufriedenheit stärkt die Gesundheit.

Zufriedenheit ist aus Sicht der Bindungsenergetik einer der Grundpfeiler für unsere Gesundheit. Sind wir zufrieden, fühlen wir uns körperlich vital und „so wie es gerade ist, ist es gut“.

Unzufriedenheit kann krankmachen.

Leider ist uns Unzufriedenheit oft vertrauter als Zufriedenheit. Uns fällt es dann leichter zu beschreiben, was unzufrieden macht oder womit wir unzufrieden sind. Manchmal merken wir gar nicht, dass sie zu einer zweiten Haut geworden ist. Wir haben uns daran gewöhnt. In der Folge können störende Gefühle wie z.B. Wut oder Enttäuschung entstehen.

Zufriedenheit ist ein erstrebenswerter Zustand.

Die Erfahrung hat uns gezeigt, dass wir dann widerstandsfähiger, motivierter, unabhängiger und in uns selbst sicherer sind. Dabei ist es unabdingbar zu wissen, wann ein Mensch mit sich selbst zufrieden ist, was er dafür braucht und wie er selbst dafür sorgen kann.



Von Natur aus sind wir mit allem ausgestattet, um gut für uns zu sorgen. Es ist in uns angelegt über unsere ureigenen Eigenschaften und den daraus resultierenden Bedürfnissen. Wissen wir, wer wir sind, kennen unsere Eigenschaften, dann ergeben sich daraus ganz persönliche Bedürfnisse, die – wenn wir für sie sorgen – zufrieden machen. So ist es klar, dass ein mutiger Mensch z.B. eher Herausforderungen braucht als ein Bewegungsmensch, der Befriedigung in Bewegung findet.

Wie können Sie dafür sorgen?

Zufriedenheit ist somit kein unerreichbares Ziel und auch kein Zufallsprodukt, das sich nur manchmal einstellt. Und sie ist auch nicht auf beliebigen Wegen erreichbar.

- Wie steht es um Ihre Zufriedenheit/Gesundheit?
- Was brauchen Sie wirklich?
- Wie können Sie dafür sorgen?
- Und was möchten Sie selbst bewegen?

Wir laden Sie ein, mit uns diese spannenden Fragen in unserem Wochenend-Workshop zu verfolgen und Ihre Antworten zu finden.

Wir bieten dafür:

- viel Zeit für Selbsterfahrung in Einzelarbeit und Gruppenarbeit
- kurze Vorträge vertiefen das Verstehen über die individuellen Erfahrungen hinaus
- Wir arbeiten körperorientiert, mit der ruhenden Hand auf dem Herzen haben wir einen einzigartigen Zugang zur Person selbst.

Wir arbeiten seit Jahren als Therapeuten in Berlin mit der Methode der Bindungsenergetik.

Sind Sie neugierig geworden, dann freuen wir uns über Ihre Teilnahme. Gerne können wir offene Fragen vorab im Gespräch klären. Rufen Sie uns dazu an oder Sie schauen auf unsere Homepage.



Bernd Hanisch



Sieglinde Hoppmann

www.bindungsenergetik-berlin.de