Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Wie kann ich mein Leben leichter machen? "The Work" von Byro

Ambito tematico
Formazione della persona, psicologia

Descrizione
"The Work" eröffnet die spannende Möglichkeit in unserem eigenen Denken die Perspektive zu wechseln. Anhand von Beispielen spüren wir stressige Gedanken auf, die uns die Arbeit und das Leben schwermachen. Jeder Stress verursacht eine Anspannung im Körper, diese verringert unsere Energie, hindert unsere Beweglichkeit und stört unsere emotionale Gesundheit. Durch eine behutsame Begleitung gelingt es, festgefahrene Muster und Emotionen zu lockern und Verspannungen aufzulösen. Diese intensive Beschäftigung mit unseren Gedanken und deren Auswirkungen soll zu mehr Frieden, Freiheit und Selbstbewusstsein führen.

Lingua d'offerta
Tedesco

Inizio
08.06.2024

Termine
08.06.2024

Numero giornate corso
1

dalle
09:00

alle
17:30

Durata
450 minuti

Descrizione durata
-

Luogo

Schlernstraße 1

Destinatari

Docenti
Helga Huber

Costo del corso
159 €

Termine per l'iscrizione
-

Agenzia/Ente

VOLKSHOCHSCHULE SUEDTIROL VHS SUEDTIROL

Pagina del corso

-

Persona da contattare

Tel.
Email