



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

-



Corsi & Percorsi
corsipercorsi.retecivica.bz.it

Agenzia/Ente
VOLKSHOCHSCHULE SUEDTIROL VHS
SUEDTIROL

Persona da contattare

Tel.
Email

Pagina del corso

-



Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it