

Anmeldung

NAME _____

VORNAME _____

STRASSE/NR. _____

PLZ/ORT _____

TEL. _____

E-MAIL _____

Hiermit melde ich mich verbindlich zu folgendem Kurs an (**bitte ankreuzen**):

- Gruppe „Kreative Bewegungsgestaltung“
ab 20.02.2012, 19.00 -21.00 Uhr
- Gruppe „In Balance leben“
ab 12.03.2012, 19.30-21.30 Uhr
- Workshop „Wer bin ich und wer will ich sein?“
24.03.2012, 10.00 – 17.00 Uhr
- „Wellnesstag für Paare“
21.04.2012, 10.00 – 17. 00 Uhr
- Kreativworkshop „Seele und Filz“
04 – 05.05.2012
- Gruppe „Gelassen und befreit leben“
ab 08.05.2012, 19.00 – 21.00 Uhr
- Infoabend „Hochsensibilität/Sensibilität“
21.05.2012, 19.30 – 22.00 Uhr
- Gruppe „Hochsensibilität/Sensibilität“
ab 11.06.2012, 19.30 – 21.30 Uhr

Die Seminarkosten können bei finanziellen Engpässen nach Rücksprache reduziert werden.

DATUM _____

UNTERSCHRIFT _____

Gruppe Kreative Bewegungsgestaltung Freude am Bewegen bewusst erleben

Haben Sie Freude daran, sich tänzerisch zur Musik zu bewegen?

Wir nehmen uns Raum und Zeit, um innerlich Erlebtes sowie Spannungen nach außen zu tanzen, was Ihr Selbstvertrauen und Ihr Wohlbefinden stärkt. In einer Atmosphäre ohne Druck und Bewertung finden Sie Ausgleich zum allgegenwärtigen Leistungsdenken. Ihre ureigenste Lebensfreude kommt wieder zum Vorschein und setzt ganz neu Ihre Kreativität frei. Die wachsende Vertrautheit der Gruppe hilft, Ihre Beziehungsfähigkeit sowie Ihr Selbstbewusstsein zu fördern. Achtsamkeit und Entspannung weiten die Seele und verbinden uns mit der heilsamen Gegenwart Gottes.

Mitzubringen: Freude am Tanzen (aber keine tänzerische Fähigkeit), bequeme Kleidung, warme Socken, ein Kissen, eine Wolldecke/Isomatte.

TERMIN: ab 20.02.2012,
19.30 – 21.00 Uhr,
6 Dienstagabende

ORT: Cafe Jonas im Stadl,
FeG Augsburg Mitte,
Ulrichsgasse 3

KOSTEN: 60 Euro pro Person

TEILNEHMERZAHL: 9-14 Personen

ANMELDUNG: Hedwig-kk@gmx.de
oder 0821/2611636

LEITUNG: Hedwig Kawan Kühlmuß,
KBG-Leiterin;
Bewegungspädagogik-Analyse
und Ausdruckstanz nach Laban,
christlich-therapeutische und
systemische Lebensberaterin

Gruppe In Balance leben | Impulse für ein kraftvolles Leben ohne Burnout

Wir sehnen uns oft nach Veränderung, aber meist wird sie nicht konkret. Sich gemeinsam mit einer Gruppe auf den Weg machen, kann für einen kraftvollen Start in die gewünschte Richtung sehr unterstützend sein.

Einige Themen der Gruppe:

- Mir selbst liebevoll begegnen
- Verschiedene Facetten meiner Persönlichkeit einüben
- Einüben, zur Ruhe zu kommen
- Innere und äußere Krafräuber entdecken
- Aus der Perfektionismusfalle herauskommen

TERMIN: ab 12.03.2012, 8 Montagabende,
19.30 bis 21.30 Uhr
nicht in den Osterferien!

ORT: Gruppenraum Am Eser 23,
86150 Augsburg

KOSTEN: 80 € pro Person

TEILNEHMERZAHL: Max. 10 Personen

ANMELDUNG: bis 03.3.2012
brigitte.nickel@web.de
oder 0821/2611636

LEITUNG: Dr. Brigitte Nickel,
systemisch-integrative Therapeutin

Tagesworkshop Wer bin ich und wer will ich sein? Impulse zur Persönlichkeitsentwicklung

„Andere zu erkennen ist klug, sich selbst zu erkennen ist weise“ (Chinesisches Sprichwort)

Welche Eigenschaften und Fähigkeiten habe ich und wie kann ich sie sinnvoll einsetzen? Was ist für mich wertvoll und wichtig und sind diese Werte lebensfreundlich? Was hat das Leben mir zu bieten und was habe ich dem Leben zu geben?

Diesen Fragen widmet sich die logotherapeutische Arbeit der Persönlichkeitsentwicklung nach Dr. Hadinger. Mit Hintergrundinformationen und den eigens dafür entwickelten praktischen Übungen möchten wir Sie herzlich einladen sich auf die spannende Reise der Persönlichkeitsentdeckung und -entfaltung zu begeben.

TERMIN: Samstag, 24.03.2012,
10.00 - 17.00 Uhr

ORT: Gruppenraum Am Eser 23,
86150 Augsburg

KOSTEN: 35 € pro Person

TEILNEHMERZAHL: 8-10 Personen

ANMELDUNG: kontaktpunkt@eser21.de
oder 0821/3439112

LEITUNG: Daniela Huber,
Dipl.-Theologin und Logotherapeutin
Tinka Hassel,
Lebensberaterin und Seelsorgerin

Tagesworkshop für Paare Ein Wellnesstag für die Paarbeziehung

„Und sie lebten miteinander glücklich bis an ihr Lebensende!“

Gibt es das nur im Märchen oder können wir etwas für ein dauerhaftes gemeinsames Glück tun?

Sie sind eingeladen:

- sich mit Glücksfaktoren für eine langjährige Beziehung zu beschäftigen
- Erkenntnisse aus Forschung und Erfahrungen anderer kennenzulernen
- als Paar und in der Gruppe miteinander ins Gespräch zu kommen
- sich an gemeinsame glückliche Momente zu erinnern
- Neues auszuprobieren

TERMIN: Samstag, 21.04.2012,
10.00 bis 17.00 Uhr

ORT: Emporenraum der evang. Kirche
„Der Gute Hirte“, Friedberg,
Herrgottsruhstr. 1 1/2

KOSTEN: 65 € pro Paar incl. Getränke

TEILNEHMERZAHL: 6 Paare

ANMELDUNG: bis 13.04.2012
brigitte.nickel@web.de
oder 0821/2611636

LEITUNG: Dr. Brigitte Nickel,
Paar- und Familientherapeutin
Volker Nickel, Pfarrer,
seit 33 Jahren verheiratet,
4 erwachsene Kinder

2-Tages-Kreativ-Workshop Seele und Filz | Entdeckungsreise zu unserer Einzigartigkeit

An diesen 2 Tagen werden wir uns eine Auszeit nehmen, zur Ruhe kommen, unser Innerstes wahrnehmen, unsere Originalität und verborgene Ressourcen entdecken und unsere Eindrücke und Erfahrungen mit Hilfe verschiedener Materialien wie Wolle, Stoff, Spitze... in Filz zu einem Bild gestalten.

Am Freitagabend haben wir nach einer meditativen Begegnung mit uns selbst die Möglichkeit, uns mit dem Filzen vertraut zu machen durch das Fertigen einer Blüte. Vorkenntnisse im Filzen sind nicht nötig.

Mitzubringen: Der Wunsch zum „In-Sich-Gehen“, Freude an kreativem Gestalten und ganz praktisch: 2 Frotteehandtücher, 1 Schüssel, Fliegengitter oder Gardinenrest, Tüll, Woll – und Stoffreste, Spitze, Bändchen.

TERMIN:	Freitag, 04.05.2012, 19.00 – 22.00 Uhr Samstag, 05.05.2012, 9.00 – 18.00 Uhr
ORT:	Cafe Jonas im Stadl, FeG Augsburg Mitte, Ulrichsgasse 3
KOSTEN:	40,00 Euro (ohne Material und Imbiss)
TEILNEHMERZAHL:	8-10 Personen
ANMELDUNG:	im Kontaktpunkt oder ulrike.eissele@t-online.de
LEITUNG:	Ulrike Eissele, Heilpraktikerin für Psychotherapie Angelika Geißler, Filzschaffende

Gruppe Gelassen und befreit leben

Sehen Sie sich nach einer positiven Veränderung in Ihrem Leben, heraus aus Misstrauen, Ängsten, Einsamkeit, Frustration, Abhängigkeiten...?

Im geschützten Rahmen der Gruppe und anhand des „12 – Schritte – Programms“ wollen wir destruktive Muster in unserem Leben entlarven und neue positive Verhaltensweisen einüben.

Gemeinsam wollen wir Wege finden zu einem wertschätzenden Umgang mit uns selbst, gesunden Beziehungen zu anderen Menschen sowie die heilsame Kraft Gottes für unser Leben neu entdecken.

TERMIN:	ab 08.05.2012, 19.00 – 21.00 Uhr, 10 Dienstagabende nicht in den Pfingstferien!
ORT:	Gruppenraum Am Eser 23, 86150 Augsburg
KOSTEN:	100 Euro pro Person
TEILNEHMERZAHL:	8-10 Personen
ANMELDUNG:	im Kontaktpunkt oder ulrike.eissele@t-online.de
LEITUNG:	Ulrike Eissele, Heilpraktikerin für Psychotherapie

Informationsabend und Gruppe Sensibilität | Hochsensibilität

Stärke, Durchsetzungsfähigkeit und Leistung sind prägend für unsere Gesellschaft. Sensibilität wird in unserer Zeit und Kultur eher negativ bewertet. Für ein gutes Miteinander mit anderen ist es hilfreich, eine gute Balance zwischen eigener Sensibilität und Stärke zu finden.

Der **Informationsabend** richtet sich an direkt Betroffene, an Eltern, Gruppenleiter, Seelsorger und andere Interessierte, die lernen möchten, mit Sensibilität/ Hochsensibilität besser umzugehen. Der Abend ist auch als Einführung für die Gruppe gedacht.

Die **Gruppe** bietet die Chance..

- sich selbst besser verstehen zu lernen
- sich mit Hindernissen auf dem Weg der Persönlichkeitsentfaltung auseinanderzusetzen
- Wege zu einem ausgewogenen Lebensstil zu entdecken

TERMINE:	Infoabend: Montag, 21.05.2012, 19.30 – 22.00 Uhr; Gruppe: ab 11.06..2012, 19.30 - 21.30 Uhr, 6 Montagabende
ORTE:	Infoabend: „Alte Kirche“ Friedberg, Herrgottsruhstr. 1 1/2 Gruppe: Gruppenraum Am Eser 23, Augsburg
KOSTEN:	Infoabend 5 € pro Person, Gruppe 60 € pro Person
TEILNEHMERZAHL:	Infoabend unbegrenzt, Gruppe max. 10 Personen
ANMELDUNG:	Infoabend bis 01.05.2012, Gruppe bis 15.5.2012 brigitte.nickel@web.de oder 0821/2611636
LEITUNG:	Dr. med. Brigitte Nickel, Systemisch-integrative Therapeutin

Der Kontaktpunkt ist eine überkonfessionelle ambulante Beratungs- und Vermittlungsstelle für Beratung, Seelsorge und Therapie des Diakonievereins Eserwall e.V.

E
S
E
R
E
R
21

Wir bieten Hilfe an bei folgenden Fragestellungen:

- Beziehungsgestaltung
- Erziehungsberatung
- Stressbewältigung und Burnout
- Glaubens- und Lebensfragen
- Persönlichkeitsentwicklung
- Lebensplanung
- Traumaberatung
- Krisenbewältigung
- Vermittlung zur Therapie

Die Mitarbeiter sind ausgebildete Berater, Seelsorger oder Therapeuten und gehören unterschiedlichen christlichen Konfessionen an.

Leitende Koordinatorin: Frau Dr. Hiltrud Westdickenberg, Ärztin für Psychiatrie und Psychotherapie, Rehabilitationswesen.

Öffnungszeiten des Kontaktpunkt sind:
Montag - Freitag jeweils 17.00 – 18.00 Uhr

Anmeldung für die Workshops und Gruppen unter:

E-Mail: kontaktpunkt@eser21.de
oder telefonisch 0821 / 3 43 91 12 zu den o. g. Öffnungszeiten oder wie oben angegeben.
Auch bei dem Wunsch nach einer Einzelberatung können Sie sich an uns wenden.
Wichtiger Hinweis: Bei allen Workshops und Gruppenangeboten handelt es sich nicht um Psychotherapiegruppen im Sinne der Heilkundeausübung.



Gemeinsam innerlich wachsen

Gruppen und Workshops
der Beratungsstelle
Kontaktpunkt

Kontaktpunkt

E
S
E
R
E
R
21

design: manuel maik