

### *Teilnahme- und Anmeldebedingungen:*

Teilnehmen kann jeder Erwachsene ab 18 Jahren. Bei schwerer körperlicher oder psychischer Erkrankung benötigen wir ein Vorgespräch.

Die Anmeldung kann telefonisch oder schriftlich erfolgen, gesichert ist die Seminarteilnahme mit Eingang einer Anzahlung von 50%, entweder als Scheck oder per Überweisung auf u. g. Konto. Sollte das Seminar voll belegt sein, teilen wir Ihnen das mit, führen Ihren Namen auf einer Warteliste und benachrichtigen sie, wenn noch ein Platz frei wird.

### *Rücktritt:*

Wenn sie bis zu 7 Tage vor Beginn der Veranstaltung von ihrer Anmeldung zurücktreten, behalten wir 50,- € für die Bearbeitungsgebühr ein, danach 50% und ab dem 2. Tag vor Beginn die volle Teilnahmegebühr. Sollte ein Interessent von der Warteliste nachrücken, behalten wir nur die Bearbeitungsgebühr ein.

### *Absage:*

Bei mangelnder Teilnehmerzahl kann die Veranstaltung bis 5 Tage vorher abgesagt werden. Die gezahlte Gebühr wird dann sofort erstattet.

### *Übernachtung & Verpflegung:*

Für den Therapieprozess ist die Übernachtung im Seminarhaus wichtig. Es stehen genügend Zimmer zur Verfügung (20 Euro pro Nacht im Schlafrum oder in nahegelegener Pension, falls gewünscht). Die komplette Verpflegung erfolgt hier im Haus und wird vor Seminarbeginn abgerechnet.

### *Seminarleitung:*



Systemische Paar- & Familientherapeutin, Heilpraktikerin mit körperpsychotherapeutischer Zusatzausbildung, EMDR Coach

*Heike Berends*



Ausbildung in systemischer Paar- & Familientherapie, SE Practitioner 2018, Arbeit in der Krisenintervention

*Daniela Rottmann*

### *Wegbeschreibung:*

Auf der Umgehungsstraße in Volkach im Kreisverkehr die Ausfahrt Schweinfurt/Gaibach nehmen und an der nächsten Ampel gleich wieder links abbiegen. Fahr ist ausgeschildert, nach 5 km sind Sie da. In Fahr biegen Sie in die zweite Seitenstraße links ab und sind direkt Am Gries. Hier finden Sie uns nach 150 m auf der linken Seite.

*Herzlich willkommen!*

*-Hier & Jetzt-*

Ein Seminar zum  
achtsam werden und  
Kraft tanken



Haus der Familientherapie  
Am Gries 7 · 97332 Volkach

## *-Hier und Jetzt-*

... ankommen, spüren  
und achtsam werden.

Wer achtsam lebt, stellt fest, dass sein Empfinden von Glück und Lebensfreude nicht von äußeren Bedingungen abhängig ist, sondern vielmehr von innen kommt.

Er entwickelt einen klaren, stabilen Geist, der es ihm erlaubt, auch in schwierigen Lebenszeiten und Situationen mit der Kraft seiner inneren Ressourcen verbunden zu sein.



### *Ziele des Seminars:*

- Zugang zu deinen eigenen inneren Kräften finden
- selbstgesteckte Begrenzungen erweitern
- Beruhigung und Stabilisierung des Geistes
- einen klaren Kopf
- mit sich selbst geduldig sein können
- mich selbst akzeptieren

### *Arbeitsweise:*

Wir verwenden Elemente aus Achtsamkeitsübungen, Meditation und Körperarbeit.

Diese Elemente werden hier in einem respekt- und liebevollen Rahmen im heilsamen Gruppenprozess zur individuellen Lösungsfindung genutzt.

### *Ablauf:*

Freitag: Einchecken ab 17.30 Uhr,  
danach gemeinsames Abendessen

Sonntag: Ende gegen 16.00 Uhr

### *Mitzubringen:*

- lockere Kleidung, Decke
- Hausschuhe oder dicke Socken
- Schreibzeug und Kugelschreiber
- Wasserflasche für Gruppenraum
- Bettdecke, Kissen, Handtücher

### *Kontakt:*

Haus der Familientherapie  
Am Gries 7

97332 Volkach / Fahr

Tel: 093 81 / 846 13 13

info@haus-der-familientherapie.de

www.haus-der-familientherapie.de

### *Seminarkosten:*

zzgl. Unterkunft und Verpflegung

### *Bankverbindung:*

Heike Berends, Sparkasse Mainfr.

IBAN: DE19 7905 0000 0044 3293 81

BIC: BYLADEM1SWU

Anmeldebedingungen auf der Rückseite.