

# **Auftanken – Energien bündeln – Burnout-Prophylaxe Feministische Körperpsychotherapie**

## **Bildungsurlaub**

**So. 15.4. bis Do. 19.4.18**

Wir laden dich ein, gemeinsam mit anderen Frauen aufzutanken und zu entspannen und Energien zu bündeln für kleine oder große Neuanfänge. Für die nächsten Schritte zur Umsetzung Deiner Träume erhältst Du Anregung und Unterstützung.

Die Feministische Körperpsychotherapie ist eine Synthese aus Biodynamischer Körperpsychotherapie und Gestalttherapie auf der Basis der feministischen Therapie. Das Seminar eignet sich zum Erleben und Kennenlernen dieser Methode, die Frauen in helfenden Berufen unterstützen und auch zur Burnout-Prophylaxe genutzt werden kann.

Wir arbeiten mit Körper- und Wahrnehmungsübungen, Bewegung und Tanz, Massagen, Aufstellungen und weiteren Methoden der feministischen Körperpsychotherapie.

### **Inhalte**

Methoden der Feministischen Körperpsychotherapie, Möglichkeiten des Stressabbaus, Burnout-Prophylaxe, Strategien für Work-Life-Balance  
Gestalten von Veränderungsprozessen

### **Zielgruppe**

Alle Frauen, die die Feministische Körperpsychotherapie kennenlernen wollen.  
Von Burn-Out bedrohte oder betroffene Frauen und Frauen, die gemeinsam mit anderen Frauen auftanken und sich entspannen wollen.

Christiane Tutschner und Eva Hartard,

So. 15.4. bis Do. 19.4.18

Kursgebühr incl. Unterkunft und Verpflegung: 285,- bis 405,- Euro  
(gestaffelt nach Einkommen)

Kursort und Anmeldung: Frauenbildungshaus Zülpich, Prälat-Franken-Str. 22,  
53909 Zülpich-Lövenich, Tel. 02252/6577, [info@frauenbildungshaus-zuelpich.de](mailto:info@frauenbildungshaus-zuelpich.de),  
[www.frauenbildungshaus-zuelpich.de](http://www.frauenbildungshaus-zuelpich.de)