

Jahresplan 2022 Praxis/Angebote in Berlin

Neu: Samstags - Theorie und Praxis zur Eigenanwendung für Klienten

4/8 h mit Mittagspause, 10-14.00/10.00 – 18.00. Max 6/8 Teilnehmer

25.06.2022 **Hilfe zur Selbsthilfe: Bowen-Therapie** 8h Kosten: 115,- €

Auf vielfachen Wunsch erkläre und zeige ich das Prinzip der Bowentherapie. Es werden einige nützliche ‚moves‘ (Griffe) geübt, die jede/r sofort nach dem Kurs in Notfällen bei sich selbst oder bei Familie und Freunden anwenden kann. Nacken, Schulter, Unterer Rücken. Es gibt ein kleines Script dazu. Mittags können wir bestellen oder in der Gegend essen gehen. Ort wird bei Anmeldung noch bekannt gegeben.

24.09.2022 **Hilfe zur Selbsthilfe: Das soziale Nervensystem:** Polyvagal-Theorie mit
Übungen 4h Kosten: 65,- €

Neuere Erkenntnisse der Psychoneurologie/Biologie und Gehirnphysiologie (die Polyvagal-Theorie nach Porges) geben uns die Möglichkeit, unser soziales Miteinander unter neuen Aspekten zu sehen und so zu verbessern. Die Basis ist die Selbstregulation – wer ‚bei sich‘ ist, kann andere in Ruhe wahrnehmen und z.B. auch beruhigen. Das kann in diesen aufgeregten Zeiten ein wichtiges Instrument sein. Mithilfe von Information und einfachen Übungen werden wir uns erden und stabilisieren. Die Übungen sind einfach und sofort im Alltag zuhause anwendbar. Ort wird bei Anmeldung bekannt gegeben.

Die bewährten Wohnzimmerabende (WA) nehme ich wieder auf:

Vorträge mit Diskussion für Kollegen/Interessierte in meinem Wohnzimmer

2 h mit snacks, 19.30 bis 21.30, max 7 TN Unkostenbeitrag: 15,- €

28.04.2022 Das soziale Nervensystem I : das polyvagale System nach Porges

19.05.2022 Das soziale Nervensystem II : die Hirnnerven und unsere Sinne

24.08.2022 Das soziale Nervensystem I : das polyvagale System

15.09.2022 Das soziale Nervensystem II : Hirnnerven

Je nach Lage werden die jeweils geltenden Hygienemaßnahmen Anwendung finden

Info und Anmeldung:

Bitte für die Samstage per Anmeldebogen anmelden, Anmeldeschluss sind der 15.06.22 und der 14.09.22. Der Platz wird reserviert, sobald das Geld eingegangen ist.

Für die Abende reicht eine telefonische Anmeldung unter 030/3411831. Bitte weder per mail und noch per mobiltelefon!

HP Andrea Kargel-Schwanhäußer MA MPH
tel 030/3411831 mobil 01725471653
Berliner Sparkasse IBAN: DE72 1005 0000 2040 1625 10

Krumme Str. 3 10585 Berlin
info@praxis-schwanhaeusser.de

Jahresplan 2022 Praxis/Angebote in Berlin

Anmeldung Hilfe zur Selbsthilfe I: Bowen-Therapie

Name.....

Straße.....Ort.....

e-mail.....

Telefon.....mobil.....

Hiermit melde ich mich für den oben genannten workshop verbindlich an.

Ich erkläre, dass ich gesund und in der Lage bin, in eigener Verantwortung und zu den angegeben Bedingungen teilzunehmen. Falls die Mindestteilnehmerzahl von 6 TN nicht erreicht wird, wird der volle Betrag zurückgezahlt, weiter Ansprüche entstehen nicht. Erstattungen auch bei Krankheit sind nicht möglich, jedoch eine Übertagung des Platzes an eine geeignete Ersatzperson. Bei Rücktritt 2 Wochen vor dem Termin werden 15,- € Bearbeitungsgebühr einbehalten, danach wird der volle Betrag einbehalten.

Mit meiner Unterschrift erkenne ich die oben genannten Bedingungen an.

Ort, Datum..... Unterschrift.....

Anmeldung Hilfe zur Selbsthilfe II: die polyvagal Theorie

Name.....

Straße.....Ort.....

e-mail.....

Telefon.....mobil.....

Hiermit melde ich mich für den oben genannten workshop verbindlich an.

Ich erkläre, dass ich gesund und in der Lage bin, in eigener Verantwortung und zu den angegeben Bedingungen teilzunehmen. Falls die Mindestteilnehmerzahl von 6 TN nicht erreicht wird, wird der volle Betrag zurückgezahlt, weiter Ansprüche entstehen nicht. Erstattungen auch bei Krankheit sind nicht möglich, jedoch eine Übertagung des Platzes an eine geeignete Ersatzperson. Bei Rücktritt 2 Wochen vor dem Termin werden 15,- € Bearbeitungsgebühr einbehalten, danach wird der volle Betrag einbehalten.

Mit meiner Unterschrift erkenne ich die oben genannten Bedingungen an.

Ort, Datum..... Unterschrift.....

HP Andrea Kargel-Schwanhäußer MA MPH
tel 030/3411831 mobil 01725471653
Berliner Sparkasse IBAN: DE72 1005 0000 2040 1625 10

Krumme Str. 3 10585 Berlin
info@praxis-schwanhaeusser.de