

SEMINAR

Schlafnot und Traumbewusstsein

Herr Jürgen Trott-Tschepe ist Leiter des Instituts „Lebendige Aromakunde“ in Berlin und hat nicht nur langjährige Forschungsarbeiten mit ätherischen Ölen durchgeführt, sondern ist auch Autor verschiedener Bücher der Aromakunde.

<http://www.lebendige-aromakunde.de/>

Schlafnot und Traumbewusstsein – Ätherische Öle als Begleiter eines heilsamen Umgangs mit unserem Schlaf

- Fördern von Schlaf-Ressourcen, v.a. im Kontext von Burnout bzw. Erschöpfungs-Symptomatik
- Bewusstes Wahrnehmen von Schlafphasen
- Mobilisieren von Traumerinnerungs-Fähigkeit
- Sinnvolles Nutzen von Traum-Botschaften
- Kreativer Umgang mit Schlaflosigkeit
- Erleichtern von Beschwerden rund um den Schlaf



Termin: 25.10. 2014 – 26.10.2014

Zeit: jeweils von 9:00 bis 17:00 Uhr (16 UE)

Veranstaltungsort: [Haus Philippus](#), 9560 Feldkirchen / Kärnten

Seminarbeitrag: € 190.-

Anmeldeschluss: 05. Oktober 2014

Für Seminarteilnehmer die eine Unterkunft benötigen, besteht auch die Möglichkeit mit Voranmeldung im Haus Philippus zu nächtigen.

Kontakt

Telefon: 04276 2201 - 510

E-Mail: hausphilippus@diakonie-delatour.at

Web: www.diakonie-delatour.at/de-96.cms

Anmeldung & Auskünfte

Barbara Schmölzer

0664/2164746 barbara.schmoelzer@aon.at