



## Lebenslust-Seminar für Krebsbetroffene in München

Entspannungsübungen und Rituale schenken Lebensqualität und Lebensfreude

Lebenskrisen und Krankheiten konfrontieren uns oft mit schwierigen Situationen und Gefühlen, z.B. Ängste, Schmerzen, Trauer, Wut oder Abschied. Um Krisen emotional zu meistern und in unser Leben zu integrieren, helfen (Entspannungs-) Übungen, Schreiben, Tanzen, Singen und Phantasieren.

In humorvoller Atmosphäre können Sie einfach anwendbare Übungen aus der Gestalt-, Poesie-, Tanz- und Musiktherapie kennen lernen. Der Austausch unter Gleichgesinnten in der Gruppe fördert das Verständnis und Annehmen der eigenen Situation.

Entwickeln Sie Ihre (Alltags-) Rituale, mit denen Sie Ihre Selbstheilungskräfte stärken und Ihr Lachen wieder finden!

**Bitte mitbringen:** Decke, Kissen, Matte,

**Termin:** 27. November 2010, 10-17 Uhr (1,5 h Mittagspause)

**Kosten:** 120,-- Euro inkl. Seminaraterial

**Ort:** Praxis für Psychotherapie Angelika Egger, Rumfordstraße 27/EG, 80469 München

**Anmeldung bis 19. November 2010 bei:**

Lebenslustagentur

Andrea Länger

telefonisch unter 0821 567 04 30 oder E.Mail an: [al@lebenslustprinzip.de](mailto:al@lebenslustprinzip.de)