Impulse e.V.

SCHULE FÜR FREIE GESUNDHEITSBERUFE

Fachfortbildung

Ayurvedische Wege aus dem Stress

Der Einfluss unserer Doshas auf unser Stressverhalten mit Erkenntnissen aus der ayurvedischen Psychologie

Teil I und Teil II

Rubensstraße 20a - 42329 Wuppertal
Tel. 0202 73954-0 - Fax 0202 73954-12
mailto:info@impulse-schule.de
http://www.impulse-schule.de/
Sparkasse Wuppertal
IBAN DE26 3305 0000 0000 6098 42
BIC WUPSDE33

Ayurvedische Wege aus dem Stress

Falsche Lebens- und Ernährungsgewohnheiten, fehlende Entspannung und Regeneration können eine Reihe von Problemen und Erkrankungen verursachen. Bei Dauerstress werden Körper und Geist permanent gefordert und sind immer im Einsatz. Das kann negative Folgen haben für unser Nervensystem, unser Wohlbefinden und unseren Schlaf.

Bei Dauerstress sind wir mit allem, was es in der materiellen Welt zu erledigen gibt, identifiziert und verstrickt. Es fällt uns immer etwas wichtiges ein, was wir abarbeiten können. Wir bauen dadurch mehr Stress auf als ihn abzubauen und verlieren dabei unsere Intuition für das, was uns guttut. In der westlichen Welt leben wir sehr stark im „Außen“ und in der Erfüllung von beruflichen und familiären Vorgaben.

Unser Stresserleben und unsere Stressreaktionen stehen eng mit den Doshas in Verbindung und unterscheiden sich deutlich je nach unserer individuellen Konstitution.

Bei dieser Veranstaltung bekommen Sie doshagerechte ayurvedische Tipps, wie Sie selbst oder Ihre Klient/innen in Ihrer „Mitte“ bleiben oder zurück finden können. Sie lernen Kriterien und ein Frühwarnsystem kennen, um Ihre mentale Verfassung nach ayurvedischer Gesundheitslehre einordnen zu können.

Je besser Sie sich selbst oder Ihre Klient/innen beobachten und einschätzen können, umso besser können Sie sich auch schützen und Ihre Kräfte regulieren. Kleine Meditations- und Bewegungsübungen runden das Programm ab.

Am ersten Wochenende werde ich Ihnen vertieftes Grundlagenwissen der Ayurvedalehre vermitteln. Daher ist die Veranstaltung auch für Fachfremde geeignet. Am zweiten Wochenende erhalten Sie einen tieferen Einblick in die Psychologie des Ayurveda.

Dozent/in:

Inge Riße, MBA Dipl.-Soz. Wiss. Psychologische Beraterin
Ayurveda-Gesundheitsberaterin und -coach

Seminarzeiten:

Samstag 11.00 – 17.00 Uhr (45 Min. Mittagspause)
Sonntag 10.00 – 12.30 Uhr

Seminarort: Wuppertal

Seminartermine:

Die Seminartermine können Sie auf unserer Homepage www.impulse-schule.de unter Fachfortbildung abrufen. Studierende erhalten die Termine auch regelmäßig mit der Broschüre „Seminare des Fernlehrinstituts“ zugesandt.

Kostenfreie Rücktrittsmöglichkeit:

Die Seminargebühren sind spätestens zu Seminarbeginn unter Angabe Ihres Namens, der Studiennummer (falls Sie einen Lehrgang bei uns absolvieren) und dem Titel der Fachfortbildung zu überweisen. Wir stellen die Seminargebühren auch in Rechnung, wenn Sie den Termin nicht wahrnehmen, es sei denn, Sie stornieren die Fachfortbildung schriftlich (per Post/Fax/E-Mail) bis 14 Tage vor Veranstaltungsbeginn.

Seminarausfall:

In begründeten Fällen, z.B. bei Ausfall einer Dozentin/eines Dozenten oder bei zu geringer Teilnehmer/innen/zahl, behalten wir uns vor, das ausgeschriebene Seminar abzusagen. In diesem Fall wird eine bereits entrichtete Fachfortbildungsgebühr rückerstattet. Darüber hinausgehende Ansprüche gegen Impulse e.V. sind ausgeschlossen.

Anmeldung zu einem Seminar

Online-Seminaranmeldung: Bei uns eingeschriebene Studierende können die Seminare im Online-Studienzentrum buchen. Es werden die zur Auswahl stehenden Fachfortbildungen gelistet. Nach Ihrer Anmeldung wird Ihnen sofort die Bestätigung nebst Anfahrtsbeschreibung an Ihre E-Mail-Adresse gesandt. Wählen Sie http://www.impulse-schule.de/, dann „Login Online-Studienzentrum“.

Schriftliche Seminaranmeldung per E-Mail, Post oder Fax: Sie können sich für die Seminare auch per E-Mail (info@impulse-schule.de) Post oder per Fax anmelden. Nutzen Sie hierzu bitte den folgenden Vordruck:

Seminartitel: _____

Seminarort: _____

Termin/e: _____

Name, Vorname: _____

Studien-Nummer (*falls vorhanden*): _____

Straße: _____

PLZ, Wohnort: _____

Telefon: _____

E-Mail-Adresse: _____

Datum, Unterschrift: _____