



**aktuelle
Daten:
[komvisio.ch/
angebot/
workshops](http://komvisio.ch/angebot/workshops)**

**...dass
die
Quellen
fliessen...**

**Was ich in meinem
Leben
verwirklichen
will**

...dass die Quellen fließen... **Was ich in meinem Leben verwirklichen will**

In Umbruchszeiten fühlen wir uns überschwemmt von neuen Herausforderungen. Jetzt die Chance der Zeit nutzen (Otto Scharmer), um dem Inneren Raum zu geben, sich selbst in seiner Einzigartigkeit zu begegnen, Kraft zu schöpfen, um das Eigene im Austausch mit anderen ins Leben zu bringen! Aus der Tiefe entdecken:

Wer bin ich? Wo stehe ich? Was tut mir gut und freut mich?

Was möchte ich zukünftig verwirklichen? Wo sprudeln meine Quellen?

Wie und Wozu

Zur Ruhe kommen - Zeit für sich - hinsehen, wo ich im Moment stehe, um daraus das Neue zu entwickeln, das hilfreich ist und (mir) gut tut.

Das Sprudeln der eigenen Ressourcen und Herzensanliegen erfahren mittels ...

- kreativer Biografie-Reflexion
- dialogischer Praktiken zur «Öffnung» des Denkens und Fühlens
- einfacher Körperübungen, um sich und «den (eigenen) Boden» zu fühlen
- geleiteter Meditationsübungen, um Altes zu integrieren und loszulassen, auf «dass die Quellen fließen»
- Kurzinputs, um sich zu fokussieren
- kunstorientierter Vertiefung, damit Körper, Geist und Seele sich verbinden

Sich ausrichten auf eine umsetzbare Antwort für die Zukunft!

Die Gruppe ist beschränkt auf 6-8 Personen.

Bei Bedarf wird das Seminar mit leichten Anpassungen online durchgeführt.

Leitung Barbara Eppler, MSc Supervision, Coach, Trainerin, OE-Beraterin bso oder Ulrike Arens-Fischer, Supervisorin/ Coach, Mediatorin, Trainerin



B.Eppler

U.Arens-Fischer

Wo Volkharthaus, Turnerstrasse 1, gegenüber vom Bahnhof Winterthur

Investition Freitag-Abend von 17:30 – 20:30 Uhr und 2 Samstage von 9:45 – 17:45 Uhr; Gesamtkosten nach Selbsteinschätzung CHF 650 – 950

Interessiert? Willkommen auf: www.komvisio.ch