

Burnout Vermeiden Auszeit Seminar in der Provence



Sonntag, 08. (18:00 h) bis Samstag, 14. Juli 2012 (10:00 h)

Übung der Achtsamkeit, Zen-Philosophie und Zen-Gespräch, Energie-Arbeit, Leben in einer Gruppe.

Sie schaffen Klarheit und Ordnung und tanken Kraft auf. Die Schweigezeit ermöglicht Ihnen, noch mehr Distanz vom Alltag zu finden. An diesem Kraftort, abseits der Zivilisation und mitten in der Natur, können Sie leichter zu sich selbst finden. Dieses Wochenseminar bietet die Möglichkeit, sich selber so zu erleben wie man gern ist, ohne gesellschaftlichen Druck und Erwartungen.

Kurs-Inhalte:

Übung der Achtsamkeit, Zen-Philosophie und Zen-Gespräch, Energie-Arbeit, Leben in einer Gruppe, ein Ausflug (ans Meer)

Kosten:

Kurskosten, Unterkunft und Verpflegung:

CHF 750.- /€* 500.- (*Euro Preise ändern sich mit dem Wechselkurs)

Nicht inbegriffen: Mahlzeiten beim Ausflug, Taschengeld und die Fahrt nach Le Broc

Zielgruppe:

Für Erwachsene, die Teilnahme ist auf 8 Personen begrenzt

Fahrt:

Anreise in Fahrgemeinschaft oder individuell

Organisation:

Die Mahlzeiten mit Köstlichkeiten aus der Ayurvedischen und Französischen Küche kochen wir zusammen unter der Leitung von Patrick.

Sie lassen uns die Kräfte der Elemente mit allen Sinnen erfahren und geniessen. Diese Woche ist auch geeignet für Vegetarier.

Wir helfen beim Tischdecken und Abwaschen.

Infos und Anmeldung: Patrick R. Afchain, info@zen.li, + 41 81 740 60 06

Leitung:

Patrick R. Afchain

Dipl. Sozialpädagogin HFS

Zen-Lehrer / Coach

www.zen.li

Patrick R. Afchain
Zen-Lehrer / Coach

Mädliweg 10
CH-9470 Werdenberg
Tel. + 41 81 740 60 06
Mobil + 41 79 333 28 61
info@zen.li
www.zen.li