



Ausbildung

Selbsthilfe leicht gemacht 1,

September 2024 bis Mai 2025

Selbsthilfe für den Alltag einfach lernen • für sich selbst und andere • für Frauen und Männer • mit und ohne Vorkenntnissen

Eine Ausbildung an **sieben Samstagen** von September 2024 bis August 2025. Vielseitig, einfach verständlich, humorvoll, spannend und **nachhaltig**.

Lernen • üben • umgehend anwenden • mit Leichtigkeit umsetzen

Sie lernen, im privaten und beruflichen Alltag **Blockaden aller Art** auf **einfache** Art und Weise **selbständig**, gezielt und **ursächlich** zu behandeln.

Sie erfahren, wie Sie **sich** und **anderen** (Menschen und Tieren) mit einfachen, alltagstauglichen Methoden **effizient** und **zielführend** helfen können. Dabei benötigen Sie keinerlei Werkzeuge ausser **Kopf, Herz und Hände**. Ganz nach dem Motto: Wieso kompliziert, wenn's **einfach** geht?

Während dieser Ausbildung werden Sie **sich selber** besser **kennenlernen** und Ihre **Intuition** wird **gestärkt**.

Begleitet werden Sie von einer Gruppe von **höchstens** acht Teilnehmenden und einer **fachkundigen** und **kompetenten Kursleitung**.

Tagesthemen

- Tag 1 **Standortbestimmung:** Wo bin ich, wohin will ich?
Körper, Geist und Seele. Aura, Chakren und Co.: Eine Einführung
Das Drama-Dreieck: Opfer – Täter – Retter: Ein Einblick
- Tag 2 **Das Innere Kind:** Wer ist das, wo ist es?
A vor L: Annehmen vor Loslassen, eine effiziente Heilmethode
Was ist der Unterschied zwischen
Mitleid und Mitgefühl, Symptom und Ursache?
- Tag 3 **Lebensmuster, Vererbungen und Allgemeines im Familiensystem:**
Wie entstehen diese Muster? Wie zeigen sie sich? Warum wiederholen sie sich unermüdlich? Wie werden sie aufgelöst?



Ausbildung

Selbsthilfe leicht gemacht 1, September 2024 bis Mai 2025

- Tag 4 **Heilung durch das Erkennen und deuten von Botschaften und Zeichen* im Alltag:** (*Mitmenschen, Krankheiten, Unfälle, Tiere, Finanzen usw.)

- Tag 5 **Eine neue Sprache lernen:** GFK - die Sprache mit Kopf und Herz: (Selbst-)Kommunikation im Alltag leicht gemacht

- Tag 6 **Erste Hilfe im Alltag: Bewegen und beobachten statt erstarren, kraftvolle Visionen erschaffen, Intuition stärken**
Aktive und stille Meditationen, erfolgreiches Visualisieren, in Wort und Schrift

- Tag 7 **Rückblick – Momentaufnahme – Ausblick**

Programmänderungen bleiben vorbehalten

| | |
|--|--|
| Kursleitung | Maria Schilter Lebensberatung, Sprachunterricht, Erwachsenenbildung |
| Wo | Schule für Weiterbildung, Bahnhofstrasse 26, 6460 Altdorf UR |
| Kursdaten Kurszeiten | Tag 1: 7. Sept. 2024 • Tag 2: 26. Okt. 2024 • Tag 3: 23. Nov. 2024 • Tag 4: 18. Jan. 2025 • Tag 5: 15. Feb. 2025 • Tag 6: 5. April 2025 • Tag 7: 24. Mai 2025, jeweils 09.00 bis 17.00 Uhr |
| Sonstiges | mindestens 6 , maximum 8 Teilnehmende Alle Teilnehmenden haben vor Kursbeginn mindestens eine Lebensberatung bei der Kursleiterin besucht. |
| Ausbildungs- Kosten Details | CHF 1'780.00 pro Person, inklusive Kursdokumentation, Pausensnacks und Zertifikat Der Kurs (Präsenzunterricht) kann nur als Ganzes gebucht werden. Beim Nichtbesuchen eines Kurstages werden die Unterlagen abgegeben. Es erfolgt keine Rückerstattung des Kursgeldes . |
| Organisation, Auskunft, Anmeldung | Maria Schilter Telefon 041 870 77 54 mail@schulefuerweiterbildung.ch, www.schulefuerweiterbildung.ch |