

"Einführung in das Wesen des Schamanismus"

(Prävention und Selbsthilfe bei seelischen Krisen mit schamanischen Entspannungs- und Heilmethoden)

Im Seminar werden die Möglichkeiten von Entspannungstechniken als ergänzende Selbsthilfemethoden bei der Bewältigung seelischer Krankheiten in Theorie und Praxis behandelt. Zum Beispiel sind Yoga und Tai Chi alte fernöstliche Methoden, deren Wirksamkeit bei psychosomatischen, psychosozialen und spirituellen Krisen mittlerweile anerkannt ist. Autogenes Training und progressive Muskelentspannung sind moderne westliche Entwicklungen mit ähnlichen Effekten. Grundlage aller fernöstlicher und moderner westlicher Entspannungs- und Heilmethoden sind schamanische Heiltechniken, die im Zuge der Menschwerdung vor ca. 20000 Jahren überall auf der Welt unabhängig voneinander entwickelt wurden.

Referent: Peter Weinmann ist Diplom-Biologe und Heilpraktiker für Psychotherapie. Er hat im Zuge einer Lebenskrise Anfang der 1990er eigene Psychiatrie-Erfahrung als Patient gemacht. Bei der Bewältigung dieser Krise spielten Selbsthilfegruppen und Entspannungstechniken eine positive Rolle.



Samstag, 27./28. Oktober 2018

jeweils von 10 – 17 Uhr

Ort: Anlaufstelle Rheinland, Graf Adolf Str. 77 Köln

7 Minuten vom Bahnhof Köln Mülheim

Teilnahme, Snacks und Getränke sind kostenfrei. Teilnahme ist nur **nach Anmeldung bis zum 20.10.2018** beim LPE NRW Doris Thelen unter Tel. 0241/9976831 oder per E-Mail an doris.thelen@psychiatrie-erfahrene-nrw.de möglich! Für eine verbindliche Anmeldung sind vorab 10 € Anmeldegebühr, das sogenannte Reuegeld, auf das LPE NRW Konto zu überweisen, diese 10 € gibt es während des Seminars zurück – sonst nicht.

Bankverbindung des LPE NRW: Bank für Sozialwirtschaft IBAN: DE98370205000008374900 BIC: BFSWDE33XXX

Die TeilnehmerInnenzahl ist auf 12 Menschen begrenzt. Ein Fahrtkostenzuschuss für Bedürftige -billigste Möglichkeit- kann nur bei der Anmeldung beantragt werden.