



6-teiliger Kurs 2020

«Das Allerweltsheilmittel»

mit Dr. med. Matthias Gauger,
Arzt für Allgemeinmedizin
und Priska Gauger-Schelbert,
AlexanderTechnik-Lehrerin

«Die allermeisten unserer derzeitigen gesundheitlichen Probleme sind auf die eine oder andere Art auf unser eigenes menschliches Verhalten und auf unsere Sichtweisen zurückzuführen.»

Unsere Gesundheit hat viel mit den Entscheidungsvorgängen in unserem Gehirn zu tun. Denn diese Entscheidungen haben direkte und machtvolle Auswirkungen auf unseren Körper und auf unser Verhalten.

Wenn es also um unsere Gesundheit geht, können wir nichts Lohnenswerteres tun, als uns mit den Vorgängen in der Steuerungszentrale unseres Gehirns zu befassen. Denn dort können Tag für Tag Entscheidungen getroffen werden, welche uns schaden, ohne dass uns dies bewusst ist.

«Gesundheit ist unser höchstes Gut.»

*«Zwischen Reiz und Reaktion liegt ein Raum. In diesem Raum liegt die Macht der Wahl unserer Reaktion.»
nach Viktor Frankl*

In diesem Steuerungsraum liegt aber auch unser Potential, auf sehr effiziente Art Einfluss zu nehmen auf die Vorgänge in unserem Körper und in unserem Leben, selbst wenn wir an unseren Lebensumständen und unseren Genen direkt wenig ändern können.

Unser Kurs ist darauf ausgerichtet, die «Macht der Wahl», welche uns in unserem eigenen Gehirn zur Verfügung steht, kennenzulernen und praktisch zu nutzen. In einer Gruppe von ca. 20 Personen werden wir uns an 6 Abenden systematisch und gleichzeitig spielerisch mit dieser spannenden Aufgabe befassen. Nebst verständlicher Wissensvermittlung lernen Sie vielfältige Übungen kennen. Sie haben Gelegenheit, deren Wirksamkeit im Alltag zu erproben und sich über Ihre Erfahrungen auszutauschen.

Der Kurs richtet sich an: alle Gesundheitsinteressierte; alle, die sich vom Buch «das Allerweltsheilmittel» oder «Schmerzlos» angesprochen fühlen und alle, welche die in unserem eigenen Gehirn liegenden Möglichkeiten besser nutzen möchten. Keine Vorkenntnisse notwendig.

Kursort: Saal im Untergeschoss der Pfarrkirche Seewen; Alte Gasse 19, 6423 Seewen

Kursdaten 2020: mittwochs am 12. Febr. / 4. März / 25. März / 15. Apr. / 13. Mai / 03. Juni

Uhrzeit: jeweils von 19.15 – 21.30

Kurskosten: Fr. 220.- pro Person; Fr. 190.- pro Person für Paare, Lehrlinge, Studenten

Anmeldefrist: bis 30.12.2019 (mit Vermerk «Kurs 2020»)

E-Mail: info@mindset-medizin.ch oder **Tel.** 041-831 00 67

Weitere Informationen: www.mindset-medizin.ch, www.balance-fime.ch