



**Workshop mit Einblick in mein Konzept «feel & sense» am Sonntag, 10. Oktober 2021 von 14:00 bis 17:00 Uhr am Internationalen Tag der psychischen Gesundheit (Mental Health Day)**

Mit «feel & sense» findest Du den Weg zu Dir selbst. Ich begleite und unterstütze Dich auf Deinem Bewusstseins – und Veränderungsweg.

Wir starten den Workshop mit einer kurzen Übung aus meiner «Tool Schatzkiste» welche wir sitzend auf dem Stuhl oder stehend ausüben. Danach gibt es einen kurzen theoretischen Impuls zu folgenden Themen meines Konzeptes «feel & sense»

- Vision & Mission
- Zielgruppe
- Werte und Normen
- Das Angebot besteht aus einfachen «Tools aus meiner Schatzkiste» meiner langjährigen Erfahrung, Ausbildungen und dem Leben selbst.
- Was zeichnet mich aus?

Um einen Einblick meines Angebots zu erhalten, gibt es verschiedene Posten bei denen Du durch kurze Übungen, wirksame Werkzeuge und Inspirationen mehr von «feel & sense» erfahren kannst. Lass Dich überraschen, es wird auf jeden Fall eine Wohltat für Körper und Geist.

**Zielgruppe des Workshops:** Der Workshop ist für alle Interessierte gedacht. Es braucht keinerlei Erfahrungen, lediglich die Offenheit, Dich auf Dich einzulassen.

**Ort:** Onken Academy, Brunnenstrasse 1, 8610 Uster

**Parkplätze:** in unmittelbarer Nähe wie zum Beispiel beim Stadthaus Uster.

**Preis:** 45.- / Person in bar oder via TWINT

**Anmeldung:** [maria\\_vonallmen@bluewin.ch](mailto:maria_vonallmen@bluewin.ch)

Ich freue mich auf Dich und darauf, Dir einen Einblick zu geben.

HERZensgrüsse Maria