



DIE MACHT DES BEWUSSTSEINS

Mentale Gesundheit

Tages-Workshop

Mentale Gesundheit beginnt in unserem Bewusstsein, lange bevor Stress, Überforderung oder Erschöpfung sichtbar werden. Die Inhalte in unserem Bewusstsein prägen unser inneres Gleichgewicht und unser Handeln. Doch wir sind den Inhalten im Bewusstsein nicht ausgeliefert. Im Bewusstsein können wir beobachten, reflektieren und bewusst wählen. Und genau hier liegt unsere Freiheit, selbst zu entscheiden, wie wir denken, fühlen und handeln wollen.

Warum dabei sein?

- du lernst die Welt des Bewusstseins kennen
- seine Gesetzmässigkeiten verstehen
- erfährst, wie Du mit den Inhalten Deines Bewusstseins bewusst umgehst
- erhältst Anleitung, um belastende oder störende Inhalte zu erkennen und zu verändern

DATUM

Samstag, 25. April 2026

ZEIT

9:00 - 17:00 Uhr

ORT

Wird bei Anmeldung bekannt gegeben

KOSTEN

Förderbeitrag CHF 200.-
Inkl. Kaffee, Tee, Wasser,
Unterlagen

RESERVIERE DEINEN PLATZ

www.lebensakademie.com
kontakt@lebensakademie.com
078 645 70 68
Corinne Grob

