

## „Kraftquellen im Alltag“

### Ein Wohlfühltag

**Abstand zu Belastungen,  
neue Kraft schöpfen, kleine Oasen im Alltag,  
Ressourcen neu entdecken und nutzen,  
Positives und Hilfreiches verankern,  
sich spüren, in sich hinein hören,  
atmen, da sein.**



Liebe Interessierte,

wir möchten Sie herzlich zu einem Wohlfühltag einladen.

Das Seminar leitet Bianca Grillinger. Sie ist systemische Therapeutin und wird Sie mit schönen Übungen aus ihrer großen Schatzkiste durch den Tag führen.

Am Ende des Tages werden Sie gestärkt mit Ihrem ganz persönlichen Kraft- und Wohlfühlschatz nach Hause gehen.

Teilnehmen können Erwachsene, an Epilepsie erkrankte Menschen, Angehörige, Eltern, Partner.

Termin: Samstag 02.11.2019

Zeit: 10:30 – 16:00 Uhr

Ort: Bunter Kreis Nachsorgezentrum, Saal ABC

Kosten: 10,00 € Eigenanteil (Bitte in bar am Seminartag bezahlen)

*Wir freuen uns, dass wir seit Jahren die Hauptkosten für unsere Ressourcen stärkende Seminare durch die Spende eines uns sehr wohlgesonnenen Sponsor mitfinanzieren können.*

Bitte verbindliche Anmeldung bis spätestens 22.10.2019

Mindest-Teilnehmerzahl Zahl 8, max. 14

Mittagspause: bei uns gibt es traditionell eine warme Suppe.

Gerne können Sie zum gemeinsamen Mittagessen `ne Kleinigkeit beisteuern (Kuchen, Obst,..)

Natürlich können Sie Ihre Pause auch individuell verbringen, draußen, im Cafe ...

Viele Grüße sendet Ihnen

Ihre *Claudia Hackel*, Epilepsie Beratung



---

### **Anmeldung** zum Wohlfühltag: Kraftquellen im Alltag am 02.11.2019

Per Post an Epilepsie Beratung Bunter Kreis, Stenglinstr.2, 86156 Augsburg, oder Fax 0821/400-4849  
oder email an epilepsieberatung@bunter-kreis.de

Name: ..... Alter.....

Betroffene\*r     Angehörige\*r / Verwandtschaftsgrad .....

Anschrift: .....

Telefon ..... Email .....

Datum ..... Unterschrift .....