



Sigrid Helene Albrecht

Mutter von zwei Kindern
Heilpraktikerin (Psychotherapie)
Theaterpädagogin BuT
Dozentin an der Akademie für
Ganzheitsmedizin Heidelberg
Märchenbuchautorin

Weiterbildungen

- Entspannungstechniken
- Kurzzeitpsychotherapie
- Hospizbegleitung
- Gestalttherapie
- Tanz-Sozio-Therapie
- Hypnosetherapie
- Reinkarnationstherapie
- Reiki
- Channeling
- Geistiges Heilen
- Matrix Energetics

Erlebnisabende – Transformation der Gefühle

Können Sie sich dem Gedanken öffnen, dass Sie Schöpfer Ihrer Gefühle sind und es somit in Ihrer Macht steht sie zu ändern?

Unsere Gefühle sind nicht das Problem, sondern dessen Bewertungen und die Handlungen die daraus entstehen.

Nehmen Sie sich an diesen Abenden Raum und Zeit für Ihre Gefühle. Spüren Sie Ihre sogenannten negativen Gefühle auf und erleben Sie, wie Sie diese bejahend annehmen und verwandeln können.

Termine:

Donnerstags 19.30 – ca. 21.30 Uhr

19.01. 16.02. 15.03. 19.04. 24.05.
14.06. 12.07. 20.09. 18.10. 15.11.
13.12.2012

Kostenbeitrag pro Abend 20,00 €

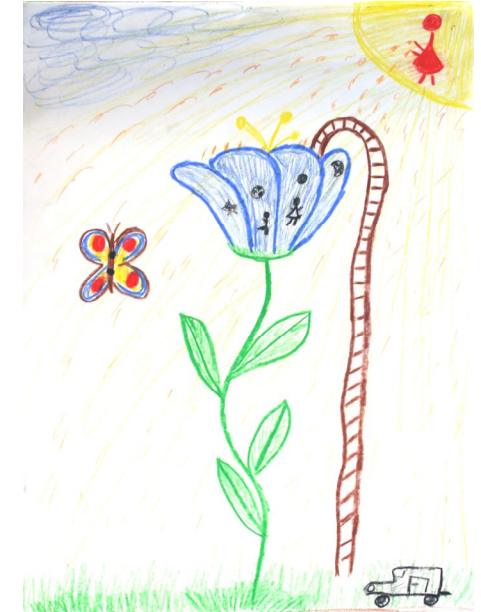
Anmeldung für alle Angebote:

Sigrid Helene Albrecht
Marstallstrasse 47 B
68723 Schwetzingen
Tel.: 06202-128594
Mobil: 0171-5293177
info@sigrid-albrecht.de

Weitere Angebote:

www.sigrid-albrecht.de

Kinder lieben
Märchen ...



... Erwachsene
auch

Wolke

Programm 2012

Matrix der LebensSpiralen

Märchen – Meditation Für Erwachsene

Nehmen Sie sich Zeit für einen märchenhaften Abend und tauchen Sie ein in die entspannte Atmosphäre des meditativen Zuhörens.

Folgen Sie mit dem Herzen den Geschichten, die Ihren Geist und Ihre Seele beflügeln. Lassen Sie sich von dieser Magie berühren, um frische Energie zu tanken und neue Impulse für Ihren Lebensweg zu erhalten.

Genießen Sie das gemeinsame Lauschen und danach den achtsamen Austausch in der Gruppe.

Termine:

Dienstags 19.30 – ca. 21.00 Uhr

17.01. 14.02. 13.03. 17.04. 22.05.
12.06. 10.07. 18.09. 16.10. 13.11.
11.12.2012

Kostenbeitrag pro Termin 10,00 €

Märchen - Meditation Für Kinder

Liebe Kinder!

Lasst euch mitnehmen in die Welt der Märchen. Reist zusammen mit anderen Kindern in das Reich der Feen, Hexen, Zauberer, der starken Helden und holden Prinzessinnen. Lasst euch von ihren Geschichten verzaubern, um diese anschließend gemeinsam nach zu spielen, Bilder dazu zu malen oder sie mit Musik in Bewegung zu bringen.

Liebe Eltern!

In unserer hektischen Zeit ist es auch für unsere Kinder oft schwer inne zu halten und den Stress des Schulalltags hinter sich zulassen.

Um ihnen eine Oase der Ruhe zu schaffen ist gerade das Vorlesen von Märchen besonders gut geeignet, denn die meisten Kinder lieben Geschichten.

Diese Märchenmeditationen geben Ihrem Kind die Gelegenheit zu entspannen und zusammen mit

anderen Kindern für eine kurze Zeit in der phantastischen Märchenwelt zu verweilen.

Beim anschließenden gemeinsamen Spiel kann Ihr Kind seine Kreativität entfalten. Dadurch findet es Zugang zu seinen Stärken, die es im Schulalltag unterstützen.

Für Kinder im Alter von 6 – 10 Jahren

Termine:

Dienstags 15.00 – ca. 16.30 Uhr

17.01. 14.02. 13.03. 17.04. 22.05.
12.06. 10.07. 18.09. 16.10. 13.11.
11.12.2012

Kostenbeitrag pro Termin 10,00 €



Alle Termine können einzeln gebucht werden.

Einzeltermine sind nach Absprache möglich