

## Anmeldung Kosten

Die Seminarkosten berechnen sich nach Modulen:  
Vormittag und Nachmittag je 25,00 EUR,  
der Abend 15,00 EUR.

Die Seminare haben eine Länge von 1 ½ bis 3 Tagen.

Bei Seminaren in der Ev. Tagungsstätte rechnen Sie die Kosten für Übernachtung und Vollverpflegung mit der Tagungsstätte ab.

**Beispiel: Einzelzimmer und vier Mahlzeiten: 79,50 EUR, An- und Abreisetag entsprechend reduziert.**

Die Anmeldung für ein Seminar gilt nach Überweisung der jeweiligen Kursgebühr. Da maximal 10 Teilnehmer angenommen werden können, gilt die Reihenfolge der Anmeldung.

Da ich über die VHS Heilbronn und Unterland bei allen Krankenkassen als Übungsleiterin für Entspannungsverfahren anerkannt bin und eine intensive psychoonkologische Aus-bildung absolviert habe, fragen Sie bitte bei Ihrer Krankenkasse wegen einer Erstattung der Seminarkosten nach.

Über Ihr Interesse an diesem Angebot freue ich mich.

Die aktuellen Termine erfahren Sie unter:  
[www.dr-blaich-czink.aerzte-in-heilbronn.de](http://www.dr-blaich-czink.aerzte-in-heilbronn.de)

## Verantwortliche Veranstalterin

**Dr. med. Cornelia Blaich-Czink**  
Ärztin für Allgemeinmedizin

Jahrelange Weiterbildungen in:

- > Naturheilverfahren
- > Antroposophischer Medizin mit qualifizierter Misteltherapie
- > Homöopathie mit Diplom
- > Psychosomatischer Grundversorgung
- > sowie üben Verfahren: Progressive Muskelrelaxation und Autogenes Training

Psychoonkologie:

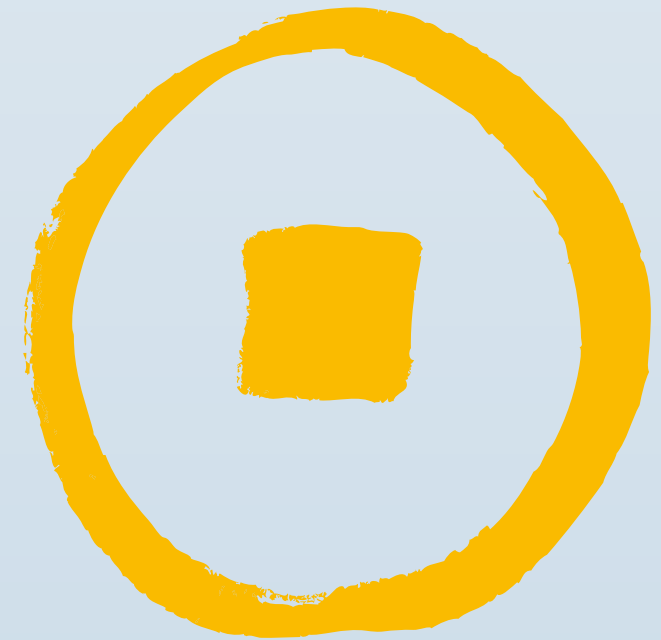
- > zertifizierte Trainerin für B.G.T
- > 2006 – 2007 fünfteilige intensive Weiterbildung über die Deutsche Krebsgesellschaft (WPO/PSO)
- > Simonton-Beraterin Grundkurs
- > Testverfahren: Psychosomatische Energetik

74081 Heilbronn-Sontheim  
Jörg-Ratgeb-Platz 1  
Tel. 07131 251586

Bitte richten Sie Ihre Anfragen an die Praxis.  
Ich rufe Sie dann gerne zurück.

Fax: 07131 572139

## Die Seele ins Gleichgewicht bringen



Ein kreatives und ganzheitliches Trainings-  
Programm zur Anregung der in jedem Men-  
schen vorhandenen **Selbstheilungskräfte**

Seminar für an Krebs Erkrankte und andere Menschen  
mit ernsten und chronischen Erkrankungen.

## Strukturiertes Seminar Das Angebot

Das **Bochumer Gesundheitstraining (B.G.T.)** ist ein strukturiertes Seminar in einem vielfältigen, den unterschiedlichsten Bedürfnissen gerecht werdenden Themenangebot.

Es basiert auf der Simonton-Methode und wurde an der Bochumer Ruhr Universität von Herrn Dipl.-Psych. E. Beitel zusammen mit Prof. Dr. W. Niesel entwickelt.

- › ganzheitlicher Ansatz in Ergänzung zur medizinischen Therapie
- › Stabilisierung des seelischen Gleichgewichts
- › Stressbewältigung durch mentale und körperliche Entspannung
- › Angstminderung durch die Entwicklung gesunder und realistischer Vorstellungen
- › Im Austausch und durch das Gespräch der Teilnehmer untereinander erfahren Sie emotionale Unterstützung und Verständnis sowie Hilfe im Umgang mit Ihrer Erkrankung
- › Entspannungs- und Vorstellungsübungen
- › Anleitung zur Achtsamkeit und Visualisierung
- › Auseinandersetzung mit den eigenen Gewohnheiten, Einstellungen und Lebenszielen
- › Ressourcenorientiertes Arbeiten:  
Wo sind **meine** Kraftpotentiale ?  
Welche spirituellen Kraftquellen kann ich erfahren ?

In dieses bewährte Programm sind Erweiterungen und Ergänzungen eingefügt, welche die Entwicklung der Psychoonkologie berücksichtigen. Durch meine breit gefächerten Aus- und Weiterbildungen erfahren Sie ein anregendes Programm zur direkten Umsetzung in Ihrem Alltag.

## Wer kann teilnehmen? Themen

Teilnehmen kann jeder Mensch, der auf Grund seiner Erkrankung – zusätzlich zu evtl. erforderlichen Therapien – durch eigene Aktivität eine Stärkung im seelisch-geistigen Bereich erfahren und auf diesen Ebenen etwas für sich tun möchte.

Die Seminare sind für alle mit einer chronischen und ernsten Erkrankung konfrontierten Patienten konzipiert.

Einige der Themen eignen sich für Menschen unter Dauerstress zur Burn-out-Prophylaxe, zum Beispiel als Tagesseminar.

### Themen sind unter anderem:

- › Mein Ort der Ruhe und der Kraft – Lebensenergie
- › Innere Berater – Abwehrkräfte
- › Lebensplanung, Lebenswege – Begegnung und Abschiede
- › Selbstvertrauen – Umgang mit Kränkungen
- › Beziehungen – Grundbedürfnisse – Konflikte
- › Lebensfreude – innere Einstellungen

Die Auswahl der Themen richtet sich auch nach den Bedürfnissen der Gruppe: ein bis zwei Module (je nach Länge des Seminars) können von den Teilnehmern ausgewählt werden.

Inhalte der Seminare sind auch lockere Bewegungsentspannung, Ausdruck im Malen und Austausch in der Gruppe. Wir lassen uns gefühlsmäßig berühren. Die Seminare sind – trotz Ruhepausen und Entspannungseinheiten im Liegen – etwas anstrengend: wir sind aktiv, da es um die Entdeckung und Entwicklung der eigenen Kraftpotentiale geht.

Bei Zweifeln an der Teilnahmefähigkeit fragen Sie bitte Ihren Hausarzt / Ihre Hausärztin und rufen mich dann an.

## Wo finden die Seminare statt? Tagungsstätte

Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus Heilbronn und aus der näheren Umgebung von Heilbronn treffen sich in einem **Gruppenraum der Freien Waldorfschule** in Heilbronn-Sontheim, Max-von Laue Straße 4. Übernachtung zu Hause, Mittag- und Abendessen nach Absprache. Bitte bringen Sie eine Matte und eine leichte Decke mit.

**Alternativer Tagungsort** – wenn sich eine Gruppe zusammenfindet, die etwas Abstand vom Alltag möchte:  
Evangelische Tagungsstätte  
74254 Löwenstein-Reisach  
in der Nähe von Heilbronn

Die naturnahe, harmonische Umgebung wirkt gesundend und aufbauend und lädt zu erholsamen Spaziergängen ein.

Wir haben einen ruhigen und freundlich gestalteten Tagungsraum mit wundervollem Blick über das Weinsberger Tal für unsere Arbeit zur Verfügung.

Es besteht eine Busverbindung vom Bahnhof Heilbronn. Evtl. kann ein Sammeltaxi organisiert werden.

Mit dem Auto – Anfahrt über die Autobahnen A6 und A81, Ausfahrt Ellhofen. Dann der Ausschilderung nach Löwenstein, Abzweigung Reisach folgen.

- › Unterbringung in Einzelzimmern
- › Verpflegung mit vier Mahlzeiten
- › Vegetarische Kost täglich im Angebot