

Absender:

**Ort:** Institut Engel&Klotmann  
Amalienstraße 13, 67434 Neustadt

**Kosten:** 230,-- €  
200,-- € für Frühbucher bis 30.04.2017

**Zeit:** Beginn erster Tag um 10.00 Uhr  
Ende zweiter Tag um 17.00 Uhr

**Anmeldung**

Institut Engel & Klotmann  
Amalienstr. 13  
67434 Neustadt/W.  
Tel: 06321 / 480094  
Fax: 06321 / 487426  
E-Mail: info@ek-institut.de  
www.ek-institut.de

**Bankverbindung:**

**Engel & Klotmann**  
**IBAN DE 96546512400157700121**  
**Sparkasse Mittelhaardt-Deutsche Weinstraße**



**Wegbeschreibung zum Institut:**

Mit dem PKW: A65 Ausfahrt Neustadt-Süd → Innenstadt.  
Ab Bahnhof → Richtung Kaiserslautern  
→ nach ca. 500 m bei der Grünanlage parken.  
Das Institut befindet sich gegenüber der Grünanlage.

Mit der Bahn: Neustadt Hauptbahnhof → zu Fuß links in die  
Talstraße (Richtung Kaiserslautern) → Talstraße mündet in  
die Amalienstraße → Institut befindet sich gegenüber der  
Grünanlage auf der linken Seite. Gehzeit 7 Minuten.

Seminar

# Von Moment Zu Moment

**Die Praxis der Achtsamkeit  
in Alltag und Beratung**

05. / 06. Oktober 2017  
Neustadt an der Weinstraße



Systemische Beratung Paar- u. Familientherapie  
Supervision und Coaching

**Von Moment zu Moment.  
Die Praxis der Achtsamkeit in Alltag und  
Beratung**

*„Achtsamkeit ist jenes Gewahrsein, das entsteht, wenn sich die Aufmerksamkeit mit Absicht und ohne zu bewerten auf die Erfahrungen richtet, die sich von Moment zu Moment entfalten“.*

*Jon Kabat-Zinn*

Ansätze der Achtsamkeitspraxis haben schon vielen Menschen zu einem hilfreicherem Umgang mit stressigen Situationen sowie mit körperlichen und seelischen Schmerzen verholfen.

In den letzten Jahren entwickelten sich viele Konzepte, die alte Meditationsformen wie *Vipassana* und *Zen-Meditation* mit Angeboten des westlichen Gesundheitssystems in den Dialog brachten.

In den Bereichen der Gesundheitsfürsorge und der Behandlung sogenannter chronischer Erkrankungen ist dabei *MBSR (mindful based stress reduction)* zu nennen, im Rahmen der Psychotherapie *ACT (Acceptance and Commitment Therapy)*.

Womit sich diese Konzepte im Kern beschäftigen ist mit zwei schlichten Worten zu beschreiben:

**Menschen leiden.**

In den beiden Seminartagen stellt Tom Pinkall die o.g. Achtsamkeitsansätze kurz vor und führt in deren Grundlagen ein.

Dabei wird den Teilnehmerinnen und Teilnehmern deutlich werden, dass die Sichtweisen und Übungen der Achtsamkeitspraxis viele Parallelen zum Systemischen Denken und Handeln haben.

Das Seminar ist für Privatpersonen ebenso geeignet wie für Menschen, die in Beratung, Betreuung und Therapie arbeiten. Egal in welcher Rolle – Sie gönnen sich zwei achtsame Tage für sich selbst!

Referent: **Tom Pinkall**, Systemischer Therapeut, Coach und Supervisor, ACT-Trainer & MBSR-Lehrer, Dipl. Theologe

**Anmeldung**



**Von Moment zu Moment. Die Praxis der  
Achtsamkeit in Alltag und Beratung**

Name: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

E-mail Adresse: \_\_\_\_\_

Meine Anmeldung ist verbindlich. Die Kosten von 200,-€ bzw. 230,-€ überweise ich bis spätestens zum 30. April 2017 bzw. 15. September 2017 auf das Konto

**Engel & Klotmann** bei der **Sparkasse Mittelhaardt-Deutsche Weinstraße** **IBAN**  
**DE 96546512400157700121**

Datum

Unterschrift