

*Forum für  
Psychologie, Bildung  
und alternative  
Heilverfahren*



Erneut laden wir Sie herzlich ein zum

## Tag der offenen Tür

im Themenkreis

### Stress, Angst, Kummer Ade!

„Wer sich freut, lebt länger“, und:  
Wie gewinne ich im Leben?

am Samstag, den

**16. Mai 2020**

von 10:00 bis 18:00 Uhr

**Gemeinnützig anerkannter  
Verein für psychologische Bildung und  
alternative Heilverfahren e.V.**

Anna-Goes-Str. 26, 91058 Erlangen-Eltersdorf

Tel.: 0 91 31 / 40 80 702

E-mail: [info@gesundung-erlangen.de](mailto:info@gesundung-erlangen.de)

**[www.gesundung-erlangen.de](http://www.gesundung-erlangen.de)**

Häufig erleben wir uns  
**genervt, ängstlich oder  
gestresst.** Unser Alltag  
lässt sich schwer  
bewältigen. **Freude,  
Wohlbefinden** und **Kraft**  
schwinden.



Wie ist es dennoch möglich, Stress, Depression,  
Angst, Erschöpfung und Kummer zu entrinnen?  
**Wie können Freude, Ruhe und Kraft erneut  
unser Leben bestimmen?**

**Moderne psychologische Verfahren** können  
wichtige Zusammenhänge in der **Entstehung und  
Bewältigung dieser Beschwerden** aufzeigen.

Im Forum finden Sie dazu **wirkungsvoll  
Unterstützung** und **Hilfe zur Selbsthilfe.** Durch  
**informative Vorträge, praktische Anwendungen**  
und **Gespräche** an diesem Tag, alternierend zu  
folgenden Themenkreisen:

- **Systemische Ansätze** zur Klärung emotionaler  
Konflikte, Beziehungs- und Berufsthemen
- **Mentales Training** bei Stress, Angst, Schmerz,  
Depression, Burnout, Überlastungssyndrom etc.
- **Tiefenpsychologische Verfahren** zum Ausgleich  
unbewusster Muster z.B. **KB**
- **Integrative Heilverfahren** wie Homöopathie u.  
Energie-Balancing zum psychosomat. Ausgleich
- **Entspannungstechniken**, PMR u.v.m.
- **Atem - Meditation - Achtsamkeit – Stille - ZEN**

***Wir laden Sie sehr herzlich in das Forum ein und  
freuen uns auf Ihr zahlreiches Kommen!***

Dr. Marion Dunkel, Christine Theis, Barbara Heimlich,  
Angela Kohut, Hans Mägerl und das Forum-Team.

*Der Eintritt ist frei. Für Imbiss und Kinderbetreuung ist gesorgt.*