

Anmeldung

zu Tagungsnummer: **A 30833**
(bitte bei der Anmeldung angeben)

Bischöfliche Akademie des Bistums Aachen
Frau Anne Schoepgens
Leonhardstr. 18-20
52064 Aachen

Tel: +49(0) 241 47996-25
Fax: +49(0) 241 47996-10
E-Mail: anne.schoepgens@bistum-aachen.de
Web: www.bak-ac.de

Anmeldeschluss:

Wir bitten um Anmeldungen bis zum 4.11.2020 (Entscheidung über das Stattfinden der Veranstaltung). Nachmeldungen zu stattfindenden Veranstaltungen können nur bis vier Tage vor Beginn angenommen werden. Bei Verhinderung bitten wir um Nachricht bis fünf Tage vor Tagungsbeginn. Andernfalls muss der volle Teilnahmebetrag in Rechnung gestellt werden.

Als zertifizierte Bildungsinstitution können wir Ihnen eine Teilnahmebescheinigung während der Tagung ausstellen.



Die Tagung wird zu einem erheblichen Teil aus Kirchensteuermitteln und anteilig aus NRW-Fördermitteln (Weiterbildungsgesetz) finanziert.

Anreise



**Bischöfliche Akademie
des Bistums Aachen
Leonhardstraße 18-20
52064 Aachen**

Öffentliche Verkehrsmittel: Die Bischöfliche Akademie ist vom Hauptbahnhof in ungefähr 5 Minuten zu Fuß zu erreichen.

Mit dem Auto: Auf unserem hauseigenen Parkplatz steht eine begrenzte Anzahl von Plätzen kostenfrei zur Verfügung. Der Tor-Code ist an der Rezeption der Bischöflichen Akademie erhältlich. Öffentliche Parkplätze (gegen Gebühr) können ebenfalls direkt vor dem Haus und in unmittelbarer Umgebung genutzt werden.



Psycho-Neuro-Immunologie

Die heilsame Kraft innerer Bilder
für unsere Gesundheit nutzen

Sa. 14.11.2020 von 10:00 bis 17:00 Uhr

Titelbild:
(c) pixelio.de



Thema

Die heilsame Kraft innerer Bilder für unsere Gesundheit nutzen

Psycho-Neuro-Immunologie bedeutet in diesem Kontext, wie wir die Wechselwirkungen von Psyche, Immun- und Hormonsystem zur Stärkung unseres Immunsystems und zur Förderung unserer Gesundheit nutzen können.

Unsere Gesundheit ist von vielfältigen Faktoren geprägt. Neuere Erkenntnisse - insbesondere der Neurowissenschaften und Psychoneuroimmunologie - verdeutlichen die intensiven Wechselwirkungen zwischen unserer Psyche (Gefühle, Gedanken, Einstellungen, Hoffnungen, Ängste, Belastungen, Stress, positive Erlebnisse u.a.) und unserem Immun- und Hormonsystem.

Sie lernen einige Funktionsweisen dieser Wechselwirkungen kennen und erarbeiten konkrete Möglichkeiten, die eigene Immunabwehr im Alltag zu stärken und Ihre Gesundheit zu fördern. Körperübungen stellen einen Teil des Seminars dar. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung mit.

Martin Stankewitz-Sybertz, Tagungsleiter

Programm

- 9:45 Uhr Anreise, Stehkafee
- 10:00 Uhr Arbeitseinheit**
- 12:15 Uhr Mittagessen, Pause
- 13:30 Uhr **Arbeitseinheit**
- 15:00 Uhr Kaffeepause mit Kuchen
- 15:30 Uhr **Arbeitseinheit**
- 17:00 Uhr Ende des Seminars

Referentin



Christa Pegels

M.A. Soziologin, Psychotherapie HPG, Gestalttherapeutin, Klinische Hypnotherapie / Milton Erikson Gesellschaft

Langjährige Tätigkeit als Betriebspsychologin. Freiberufliche Tätigkeit: Training, Einzelberatung, Führungskräfte-Coaching.

Themenschwerpunkte:

Stressmanagement und Prävention chronischer Stressfolgen, Umgang mit Suchtproblemen in der Arbeitswelt, Umgang mit psychischer Beeinträchtigung und Erkrankung am Arbeitsplatz und Betriebliches Gesundheitsmanagement.

Seminargebühr

68,00 € / 60,60 € erm. inkl. Verpflegung

Die Ermäßigung gilt für Schüler/innen, Studierende (in der Erstausbildung), Auszubildende und Arbeitslose. Weitere Differenzierungen sind leider nicht möglich.

Bitte geben Sie Ihren Verpflegungswunsch an. Standard: "mit Fleisch" oder "vegetarisch" Sonderkost: glutenfrei-vegetarisch oder laktosefrei-vegetarisch

Bitte zahlen Sie bei Ankunft im Tagungshaus an unserer Rezeption (bar oder EC-Karte).