



Ita Wegman-Therapeutikum  
Verein für erweiterte Therapie und Kultur e.V.  
Beurhausstrasse 7  
44137 Dortmund  
Telefon: 0231 - 7212840  
e-mail: [info@iwt-dortmund.de](mailto:info@iwt-dortmund.de)

## **INNEHALTEN UND STILL WERDEN - Einkehrtag**

An diesem Tag wollen wir bewusst unseren Alltag unterbrechen und unserem Leben einen neuen Impuls geben.

Begleitende Elemente dieses Tages sind:

Meditationen und Imaginationen spiritueller Texte und Körperwahrnehmungsübungen, welche zum Anhalten einladen und einen (neuen) Halt geben, die uns berühren und "DA-SEIN" lassen. Die Stille, die entsteht, glättet die Wogen im Inneren und wir können wieder auf den Grund unseres Wesens sehen. Eine Hin Findung zur heilsamen Weisheit des Stille-Seins hellet die Stimmung auf und führt zu achtsamer Gelassenheit.

In Absprache findet dieser Tag teilweise im Schweigen statt.

Einzeltermine: samstags 12.03./11.06./17.09.2016

von 11.00-15.00 Uhr. Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich, da sich die Termine verändern können.

**Kosten:** 50€

**Ort:** Ita Wegman Therapeutikum, Beurhausstr. 7, 44137 Dortmund.

**Kursleitung:** Silvia ten Cate-Uhlenbrock, Psychologische Psychotherapeutin, Adelheid Färber, Heilpraktikerin Psychotherapie, tiefenpsychologische Körper- und systemische Familientherapeutin.

**Anmeldung:** Silvia ten Cate-Uhlenbrock 0231/ 7213602 oder [silvia.tencate@online.de](mailto:silvia.tencate@online.de)