

# Seminarablauf

1. Tag: **Standortbestimmung**  
Wo befinde ich mich in meinem Leben?  
Termin: 15. Januar 2017
2. Tag: **Kennenlernen der eigenen Kraftquellen**  
Wie kann ich diese aktivieren?  
Termin: 12. März 2017
3. Tag: **Erkennen der eigenen Bedürfnisse**  
Was brauche ich, welche Sehnsüchte habe ich?  
Termin: 25. Juni 2017
4. Tag: **Zur eigenen Kraft finden**  
Wie setze ich meine unterdrückte Wut und Aggression in unterstützende Kraft um?  
Termin: 23. Juli 2017
5. Tag: **Auf dem Weg zu mir selbst**  
Wage dich selbst anzunehmen.  
Termin: 17. September 2017
6. Tag: **Bei sich selbst angekommen sein**  
Gestärkt, gewappnet und ausgerüstet sein, um das eigene Leben selbstverantwortlich zu gestalten.  
Termin: 12. November 2017

## Seminarort & Anmeldung:

Impulspraxis Susanne Kossmann  
Pfarrhofstr. 2  
88662 Überlingen  
Tel. 0163/791 67 74  
info@impulspraxis.de  
www.impulspraxis.de



Susanne Kossmann  
Heilpraktikerin



Ute Zillich  
Mentorin für Lebensveränderung



Entdecke  
den Diamanten  
in Dir



# Jahresbegleitung für Frauen

Willst du deine Lebenssituation verändern?  
Wir bieten dir Unterstützung und Anleitung

- Zur Entwicklung und Bewusstmachung deiner Potentiale
- Zur Findung und Aktivierung deiner Ressourcen
- Zur Aufdeckung und Veränderung eingeschliffener Verhaltensmuster
- Zur Erkennung eigener Kraftquellen
- Zur Nutzung der Macht deiner positiven Gedanken

An 6 Tagen im Jahr kommen wir in der Gruppe zusammen.  
In der Zeit dazwischen, setzt du „als Hausaufgabe“  
die neuen Erkenntnisse in deinem Leben um.

Die individuellen Erkenntnisse aus dem Seminar sind direkt im  
Alltag zu nutzen, höhere Lebensqualität ist die Folge:

- Aus der Fremdbestimmung in die Selbstbestimmung:  
**leben statt gelebt werden**
- Eigenliebe und Selbstbewusstsein:  
**ich bin der wichtigste Mensch in meinem Leben**
- Entwicklung deiner eigenen individuellen Persönlichkeit:  
**ich bin mehr**
- Kompetenz, das Leben eigenverantwortlich zu gestalten:  
**meines Glückes Schmied**
- Vertrauen ins Leben:  
**alles, was ich brauche, ist schon in mir angelegt**
- positivere Lebenseinstellung:  
**alles soll mir zum Besten dienen**

Wir haben die Erfahrung gemacht, das man Impulse von außen braucht,  
um aus dem eigenen Gedankenkarussell und dem Festgefahren sein auszusteigen.

Auf unserem eigenen Entwicklungsweg haben uns unterschiedliche Methoden un-  
terstützt. Viele davon haben wir erlernt um sie wiederum an andere weiter zu geben.  
Wichtig ist uns mit Methoden zu arbeiten, die die Konfliktthemen auf der Körper-,  
Innenwelt- und systemischen Ebene lösen

## 3 Std. Workshop 19-22 Uhr

Dieser ist vertiefend zum Seminar und auch unabhängig einzeln buchbar.  
Jeden 2. Mittwoch im Monat. Start 11. Januar

## Investition:

Komplettpreis aller 6 Tage 1188 Euro oder 12 x monatlich 110 Euro  
durch Bankeinzug. Jeder Seminartag ist auch einzeln buchbar für 225 Euro.  
Teilnehmer der Jahresgruppe können zusätzlich für 10 Euro (für Gäste 45 Euro)  
pro Abend an den monatlichen Workshops teilnehmen.



# Entdecke den Diamanten in Dir