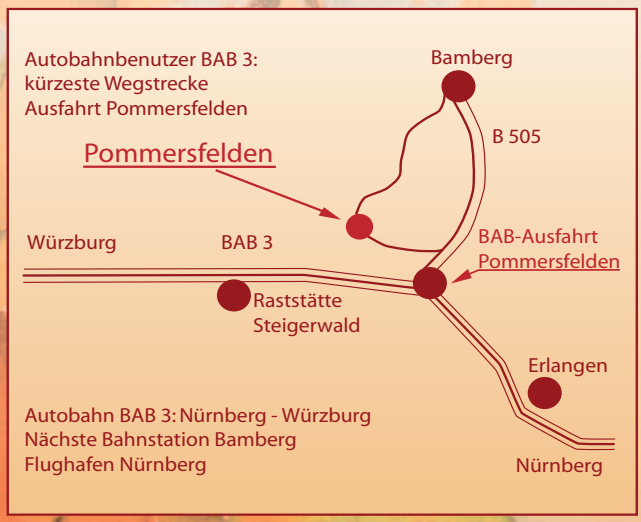
Gönnen Sie sich den

Anti-Ärger-Tag

2. Anti-Ärger-Tag am Sa., 7. Nov. 2009 auf Schloss Pommersfelden

So erreichen Sie das Schlosshotel Pommersfelden auf Schloss Weißenfels



Absender/in:

.....

.....

.....

.....

bitte freimachen

Können Sie an dem Seminar nicht teilnehmen, so muss die Absage schriftlich bei uns eingehen oder Sie stellen eine Ersatzteilnehmerin. Bei einem Rücktritt bis zum 31.08.09 erstatten wir den Gesamtpreis zurück, bei einem Rücktritt bis 30.09.09 den Gesamtpreis abzüglich einer Bearbeitungsgebühr von 25,00 €. Bei einer späteren Absage wird die volle Seminar- und Tagungspauschale erhoben.

Die Teilnahme an der Veranstaltung ist freiwillig. Die Veranstalterinnen haften nur im Rahmen ihrer gesetzlichen Haftpflicht und schließen somit jegliche Haftung für darüber hinausgehende Personen- oder Sachschäden aus.

Schattelmannecke

Zentrum für ganzheitliches Lernen

Mona Henken-Mellies M.A.

Leitenfeldstraße 2

D-90427 Nürnberg

Zum Thema:

Der Anti-Ärger-Tag ist genau richtig, wenn Sie künftig anders mit Ärger umgehen wollen. Die erfahrenen Trainerinnen Mona Henken-Mellies und Sigrid Engelbrecht zeigen Ihnen im **Einführungsworkshop**, was es braucht, erfolgreicher, entspannter und zufriedener zu leben und wie Sie Ihre Ärger-Energie nicht sinnlos verpuffen lassen sondern sie konstruktiv für Ihre Ziele einsetzen. Dies können Sie anschließend in 2 speziellen Workshops intensiver trainieren:

Workshop 1: ... Und wer drückt bei mir auf den Auslöser? Wir outen unsere persönlichen Ärger-Auslöser und erarbeiten konkrete Strategien, sie zu entschärfen und mehr Humor ins Leben zu bringen (Sigrid Engelbrecht)

Workshop 2: Von Mensch ärgere Dich nicht zu Mensch freu Dich mit mir! Anhand konkreter Fallbeispiele erfahren wir spielerisch neue, andere Konzepte zur Ärgerbewältigung (Mona Henken-Mellies)

Im **Abschlussworkshop** stellen wir einen „Erste-Hilfe-Koffer“ mit den wirksamsten und originellsten Anti-Ärger-Strategien zusammen - zum Mit-Heim-Nehmen und Anwenden im Alltag.

Zeitplan

09.30	Begrüßung
09.45 - 11.00	gemeinsamer Einführungsworkshop
11.00 - 11.15	Pause
11.15 - 12.45	Workshop 1 + 2
12.45 - 14.15	Mittagspause
14.15 - 15.45	Workshop 1 + 2
15.45 - 16.00	Pause
16.00 - 17.30	gemeinsamer Abschlussworkshop
17.30	Resümee und Ausklang

Trainerinnen:

Sigrid Engelbrecht

Mental- und Wellnesstrainrin, Coach, leitet Workshops zu den Themen Kreativität, Selbstmanagement und Gesundheit. Sie ist u.a. Autorin der Bücher „Richtig gute Laune kriegen“, „Tanz mit dem Säbelzahntiger“, „Lass los, was deinem Glück im Wege steht“.

Mehr Info:
www.engelbrecht-media.de
Tel.: +49(0)921 - 56 03 75

Mona Henken-Mellies M. A.

Mutter von 2 Söhnen und 2 Töchtern
Germanistin
Suggestopädin
Ärgerspezialistin
Leiterin des Lernzentrums Schastelmarveile in Nürnberg

Mehr Info:
www.schastelmarveile.de
Tel.: +49(0)911 - 3 15 07 75

engelbrecht
seminare + training

Sprache und Kultur
Schastelmarveile

Anmeldung

per Telefax: +49(0)911 - 3 15 07 75

Hiermit melde ich mich verbindlich an zum Anti-Ärger-Tag am 7. Nov. 2009 auf Schloss Pommersfelden

Seminargebühr incl. Tagungspauschale (Mittagessen und Pausenkaffee): 125,00 € (zuzügl. MwSt. 23,75 €); 10% Ermäßigung bei Anmeldung bis 31.08.2009: 112,50 € (zuzügl. MwSt. 21,38 €)

Name: .....

Anschrift: .....

Tel.: ..... Unterschrift .....

e-Mail: .....

Bei Zahlung per Überweisung:
Gesamtbetrag bitte überweisen an:
Lernzentrum Schastelmarveile, Konto-Nr. 454 932 600
Dresdner Bank, BLZ 760 800 40, Stichwort: Anti-Ärger-Tag

Bei Zahlung per Einzugsermächtigung:

Hiermit ermächtige ich das Lernzentrum Schastelmarveile einmalig, die Kursgebühren zu Lasten meines Kontos

Nr.: .....

bei ..... BLZ: .....

mittels Lastschrift einzuziehen.

Kontoinhaber/in: .....

Datum: ..... Unterschrift .....

Sie erhalten ca. 4 Wochen vor Seminarbeginn eine Bestätigung mit genauer Wegbeschreibung.