

Im Fluss bleiben



ENERGIEMANAGEMENT UND BURNOUT-PROPHYLAXE IN
SOZIALEN BERUFEN

Erschöpfung ist kein Endpunkt.

Sie ist ein Signal – und eine Einladung, neue Wege im Umgang mit Deiner Energie zu gehen.

Gerade Menschen in sozialen und helfenden Berufen spüren, wie wichtig es ist, ihre Kraftquellen zu kennen und zu pflegen.

Unsere Seminarreihe zum Energiemanagement zeigt Dir, wie Du Deine Energie achtsam steuern, regenerieren und nachhaltig aufbauen kannst.

Deine Reise durch fünf Module:

- 1. Einführung:** Energiemanagement als integrale Lebenspraxis
- 2. Der Körper:** Das Gefäß für Deine Lebenskraft und inneren Halt
- 3. Emotionen und Schatten:** Verborgenes bewusst integrieren und Energie freisetzen
- 4. Der Verstand:** Klarheit schaffen, Energie sinnvoll lenken
- 5. Spirituelle Praxis:** Die Kraft innerer Ausrichtung

Deine Vorteile:

- Flexibilität: Alle Module sind einzeln buchbar.
- Ganzheitlicher Ansatz: Körper, Emotionen, Verstand und Spiritualität werden zu einer stimmigen Einheit verbunden – daher empfehle ich Dir die Teilnahme an der gesamten Reihe.

Unsere Arbeitsweise:

Erlebnisorientiert, kreativ und alltagstauglich, basierend auf:



Energetischer Körperarbeit (Qigong und Shiatsu)



Integralem Ansatz (Ken Wilber)



Psychosynthese (Roberto Assagioli)



Langjähriger Praxiserfahrung

LEITUNG:

Barbara Murakami
Sonderschullehrerin,
Psychosynthesetherapeutin
Shiatsu-Lehrerin



TERMINE:

10.09.2026 | 24.09.2026 | 01.10.2026 |
08.10.2026 | 16.10.2026
Donnerstags, jeweils von 19:15 bis 21:15

KURSORT:

online über Zoom

GEBÜHR:

36 € pro Abend, inkl. Unterlagen
bei Buchung als Paket 160 € insgesamt

Für Menschen mit geringem Einkommen steht ein Platz „Bezahle, was Dir möglich ist“ zur Verfügung. Nimm gerne Kontakt mit mir auf.

Eine Stornierung ist kostenlos möglich bis 14 Tage vor Seminarbeginn. Danach wird unabhängig vom Stornierungsgrund die volle Gebühr fällig, es sei denn, es findet sich eine Ersatzperson.

Bitte möglichst früh anmelden bei

Barbara Murakami

Bergesweg 21

40489 Düsseldorf

Fax: 0211-4080 140

barbara.murakami@gmx.de

www.shiatsu-murakami.de

IM FLUSS BLEIBEN
ENERGIEMANAGEMENT UND BURNOUT-PROPHYLAXE

Verbindliche Anmeldung

Ich nehme an allen/an folgenden Modulen der Seminarreihe teil:

Name, Vorname

Absender:

Telefon/E-Mail

Die Teilnahmegebühr werde ich vorab überweisen auf das Konto von
Barbara Murakami: **DE69 3005 0110 0077 2182 82** Stadtparkasse Düsseldorf

Die Stornierungsbedingungen sind mir bekannt.

Datum

Unterschrift