



PSYKOTERAPEUTISK CENTER

OPLØSNING AF STRESS, TRAUMER OG KRONISKE SPÆNDINGER

**TRE - en revolutionerende, ny kropsterapeutisk metode,
som forløser traumer og dybe spændinger,
samt genetablerer indre ro**

Bliver vi udsat for voldsomme begivenheder som trafikuheld, alvorlig sygdom, overgreb, dødsfald, krig, tortur m.m., er følgevirkningerne ofte fysisk og psykisk ødelæggende. Omgivelserne – herunder de pårørende - bliver desværre også ramt af konsekvenserne.

David Berceli (www.traumaprevention.com) har arbejdet med traumatiserede mennesker over hele jorden i tredive år og har på den baggrund udviklet TRE – Trauma Releasing Exercises – en række kropsterapeutiske øvelser, som igangsætter kroppens selvhelbredende potentiale, frigør blokeret energi og skaber jordforbindelse. Metoden er nonverbal. Det er ikke nødvendigt at genopleve eller genfortælle de belastende begivenheder, hvilket giver metoden en meget bred anvendelighed.

På kurset gennemgås teorien om, hvad der sker kropsligt, når vi bliver udsat for traumatiske oplevelser eller stress. Derudover gennemgår vi øvelserne grundigt, der – på trods af enkeltheden - er meget effektfulde. Du vil lære at anvende dem til eget brug.

Kurset henvender sig til dig, der har et rimeligt kendskab til dig selv, og til dig, som har en faglig interesse for kropsterapeutisk arbejde i forbindelse med stress- og traumeforløsning - eller til dig, der ønsker at arbejde langt dybere kropsligt med dig selv.

Alle dage er fra kl. 10:00 – ca. 16:00. Er du i tvivl, om det er noget for dig, så send os en mail eller ring.

Medbring notesbog, liggeunderlag, tæppe og løstsiddende tøj – samt en rigtig god madpakke.

UNDERVISER er **Susanne Andrés**, psykoterapeut (MPF). Mail: info@holoworld.dk Website: www.holoworld.dk

TID & STED:

København Introduktion: 24.10.14; 4.12.14; 14.03.15; 27.05.15; 9.08.15; 17.10.15

Øvede: 15.03.15; 8.08.15;

Jarmsted (Nordjylland) Introduktion: 12.11.14 **Øvede:** 8.11.14

Odense Øvede: 5.12.14 & 29.05.15

PRISEN er 1.800 kr. for firmaer og institutioner / 1.200 kr. for private.

TILMELDING er gyldig så snart vi har modtaget din indbetaling (informér os ligeledes på mail), som bedes overført til Danske Bank, reg.nr. 3701, kontonr. 3701 50 1292 (**HUSK** dit navn – samt hvilket kursus, du har tilmeldt dig ☺).

Samler du en gruppe på minimum 8, kommer vi gerne til dig.

”Kroppen er den bedste ven, vi har - til at hele traumer” (David Berceli)