

# Achtsamkeitstraining

## Kostenfreier Infoabend

### PSYCHOLOGIE / PSYCHOTHERAPIE



Für ein bewusstes, zentriertes und ganzheitliches Leben

Immer mehr Menschen entdecken die Achtsamkeitspraxis als stabilen Anker in einer schnelllebigen Welt. Sie bietet eine kraftvolle Grundlage für ein sinnerfülltes Leben – unabhängig von äußeren Umständen.

Klinische Studien bestätigen: Regelmäßige Achtsamkeit wirkt sich nachweislich positiv auf Körper, Geist und Seele aus. Sie fördert

Klarheit, innere Balance, Gelassenheit und die Fähigkeit, mit Stress bewusster umzugehen.

In dieser Fachfortbildung erfahren Sie, wie Sie Achtsamkeit in den beruflichen und privaten Alltag integrieren können – durch fundierte Theorie, Selbsterfahrung und vielfältige Übungen.

Sie erwartet ein inspirierender Einblick in folgende Themen:

- Achtsamkeit im Alltag, bei Stress, in der Natur und in der Körperwahrnehmung
- Arbeit mit Atem, Gedanken und Gefühlen
- Gruppenleitung und empathisches Begleiten
- Rezeptive, spielerische und gestaltende Übungen

Die Fortbildung richtet sich an Menschen aus dem Gesundheits-, Sozial- und Bildungsbereich sowie an alle, die die Achtsamkeitspraxis vertiefen oder beruflich integrieren möchten.

Freuen Sie sich auf eine kostenfreie Infoveranstaltung mit Raum für Selbsterfahrung, Reflexion und Austausch.

Seminarbeginn: 30.08.2025

**Dozent/in Ellen Guroll-Uhlig:** Jg. 1960, zwei Kinder. Nach einigen kaufmännischen Aus- und Weiterbildungen mit anschließender Berufserfahrung als Handelsvertreterin und Unternehmensberaterin fühlte sich Frau Guroll-Uhlig zunehmend zur humanen Lebensberatung hingezogen. Sie spezialisierte sich mit entsprechenden Ausbildungen auf psychologische, systemische und karmische Astrologie, Kartenlegen, Mentalcoaching, Hypnose- und Regressionscoaching, Geistiges Heilen, Schamanische Heilweisen, mehrere Energiesysteme, Usui Reiki 8. Grad, Tierkommunikation und Jenseitskontakte. Sie ist seit 1997 selbständig in eigener Beratungspraxis für Hypnose, Coaching und Astrologie erfolgreich tätig und stieg 2004 in die telefonische und multimediale Beratung und Life-Coachings ein. Seit 2013 bringt sie ihre Erfahrungen und Kompetenz als Dozentin bei den Paracelsus Schulen ein.

Termine:

**So. 06.07.2025**  
17:30-18:15 Uhr

Preis:

**Kostenfrei! \***

**Paracelsus**  
**Gesundheitsakademie**  
**Rothenburger Str. 5**  
**90443 Nürnberg**  
Tel. 0911 - 279 69 26

Seminarnummer:  
**INFA85060725**

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: [www.paracelsus.de](http://www.paracelsus.de)
- per QR:

