



Katrin Kroll  
Vorständin bei  
IGNIS

„Ich freue mich, dass wir jetzt bei IGNIS auch Selbsterfahrungstage anbieten. Gott hat immer Überraschungen, Unterstützungsideen und Herausforderungen für uns. Lassen wir uns einladen, mitten in den Herausforderungen unseres Lebens, innezuhalten und uns neu zu Orientieren.“

## Selbsterfahrung als Reflexionsraum zur Entlastung und Entwicklung

Jesus stieg immer wieder auf einen Berg, um Abstand vom anstrengenden Alltag zu bekommen, neue Kraft zu schöpfen und Gemeinschaft mit seinem Vater zu haben.

Auch wir brauchen solche Berg - Begegnungen mit unserm himmlischen Vater. Wir wollen auf kreative Art Jesus begegnen und uns von Ihm leiten lassen.

Die von Gott geschenkte Kreativität ist eine Kraft, die uns Situationen bewältigen lässt und Veränderungen möglich macht. Innere Ressourcen wollen wir entdecken und mögliche Blockaden lösen.

### Erhalten Sie die Möglichkeit,

- **Abstand vom Alltag zu bekommen**
- **Kraft zu schöpfen**
- **Gepäck abzuladen**
- **Klarheit zu gewinnen**

Nimm Dir Zeit und lass Dich von deinen liebenden Vater beschenken.

[www.ignis.de](http://www.ignis.de)

IGNIS Akademie  
Glaube. Psychologie. Leben  
Kanzler Stürtzel-Str. 2 · 97318 Kitzingen  
Tel. +49 (0)9321 1330-0  
info@ignis.de · www.ignis.de

Wir glauben, dass mit Gottes Hilfe Leben besser gelingt. Und wir glauben, dass mit psychologischer Reflexion Glauben besser gelingt.

Seit mehr als 30 Jahren arbeiten wir mit Begeisterung und fachlich fundiert an einer fruchtbaren Verbindung von Glaube und Psychologie. Unsere Erfahrung geben wir an alle weiter, die beruflich oder ehrenamtlich für Menschen da sein wollen.



Monika  
Neumann,  
Seminarleiterin

„Es macht mir Freude Menschen auf kreative Art auf Ihren Wegen zu begleiten. Durch manche Herausforderungen finden wir unsere Identität und Berufung. Das Leben und die Liebe darf Spaß machen. Es ist schön zu sehen, wie sich die Lebensqualität steigert und die Menschen sich lebendig fühlen.“

### Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung!

Anmeldung an: Annette Soldan  
Tel. 09321 – 1330-44 (vormittags)  
annette.soldan@ignis.de

Kitzingen  
15.01.2022

Energie tanken.  
Lebensfreude spüren.  
Achtsam leben.

Die Kunst, meinem Leben  
das rechte Maß zu geben

**SELBSTERFAHRUNGSTAG**



## Die Kunst, meinem Leben das rechte Maß zu geben...

Gemeinsam wollen wir an diesem Tag unsere Lebensbereiche prüfen und unsere Lebensweise betrachten.

Verschiedene Erfahrungsformen werden helfen, neue Wege zu finden, wie wir unsere Lebensqualität steigern und im Gleichgewicht bleiben können.

## Der Kurs richtet sich an Menschen....

- ▶ Die gerne kreative Elemente kennen lernen wollen für ihre therapeutische Arbeit
- ▶ Die gerne mal innehalten und ihren Weg prüfen wollen
- ▶ Die ihr eigenes Maß erkennen wollen
- ▶ Die das Leben als Balance leben möchten

Das Leben ist eine Einladung an Dich. Wage und gestalte es ganz persönlich auf deine Art und Weise. Die Welt braucht nichts so sehr, wie Menschen die lebendig geworden sind.“

## Der Seminartag

Am Seminartag wird Monika Neumann Sie mit Impulsen und kreativen Methoden anleiten, sich selbst zu reflektieren. Wir wollen uns gemeinsam unseren Lebensthemen stellen und voneinander partizipieren.

Dabei wird genügend Raum sein, Kraft zu schöpfen und Vergangenes zu verarbeiten.

Schritt für Schritt ordnen wir unser Leben und finden unsere gesunde Spannung und innere Ausgeglichenheit

Ziel ist es, unser Leben in Eigenverantwortung und Achtsamkeit bewusst zu gestalten.

## Achtsamkeit und Selbstfürsorge. Gestärkt ins neue Jahr.

- ▶ Persönliche Standortbestimmung
- ▶ Abladen von Belastungen
- ▶ Selbstfürsorge entdecken
- ▶ Persönlichen Life Balance
- ▶ Achtsamkeit entwickeln

## Die Kursleiterin

Monika Neumann ist Psychotherapeutin (HPG), Therapeutische Seelsorgerin (TS), Supervisorin (ISC) und Individualpsychologischer Coach (Coachingplus).

Ich lebe und arbeite freiberuflich mit eigener Praxis in Herrieden, bei Ansbach. Als Therapeutin begleite ich Menschen seit 10 Jahren auf Ihren Wegen. Dabei schlägt mein Herz besonders für Persönlichkeitsentwicklung, Identität und Berufung. Ebenso bringe ich mein Fachwissen aus der Psychoonkologie, Palliativ und Trauerverarbeitung mit ein. Schicksalsschläge (Tod, Krankheit, Depressionen und Scheidungen) reißen jeden von uns aus der Normalität. Vertrauen ins Leben und in die eigenen Stärken und Ressourcen zu finden, ist mein Anliegen.

## Melden Sie sich an...

...und falls noch Fragen offen sind: Unsere Verwaltung hilft Ihnen gerne weiter. (Adresse siehe Rückseite)

## Das Wichtigste in Kürze

- ▶ **Selbsterfahrungstag,**  
Neue Impulse für das eigene Leben
- ▶ **Erfahrene Therapeutin und Seminarleiterin,**  
Unterstützung für eigene Prozesse
- ▶ **Seminartag, 15.01.2022,**  
Samstag, 09:00 – 17:00 Uhr
- ▶ **Ort:** IGNIS-Akademie,  
Kanzler-Stürtzel-Str. 2, 97318 Kitzingen
- ▶ **Kosten:** 85.- €  
10% Frühbucherrabatt bis 26.11.2021

## Anmeldung

„Die Kunst, meinem Leben das rechte Maß zu geben.“

Bitte an Annette Soldan schicken oder mailen

Ich akzeptiere die allgemeinen Geschäftsbedingungen der IGNIS Akademie ([www.ignis.de/agb](http://www.ignis.de/agb)) und stimme der Nutzung meiner Daten nach den Vorgaben der DSGVO zu.