

ATMEN UND TRÄUMEN - FÜR SICH SELBST SORGEN

Prophylaxe gegen das Ausbrennen

Themen und Ziele des Seminars:

- Atemarbeit auf dem Hocker zur eigenen Erholung
- Grundlagen zum Verständnis der Gefühlszentren in Verbindung mit den Atemräumen
- Theorie über die Entstehung der Träume aus den Gefühls- und Atemräumen: Die Bildersprache der Träume entsteht in den Atem- und Gefühlszentren, wo sich eine Entspannung, eine Lösung oder eine Erkenntnis bilden will.
- Anleitung zum Aufzeichnen von Träumen
- Bildersprache der Träume verstehen und persönliche Bewegung herausfiltern
- Traumgesetze erkennen

Grundlagen unserer Arbeit: Atemarbeit nach Ilse Middendorf, Traumarbeit nach Edgar Meier, Integrative- und Gestalttherapie, Prozessarbeit nach Arnold und Amy Mindell

Leitung: **Madeleine Gfeller-Liechti**, Atemlehrerin Dipl. AFA, eidg. Diplom Oda KT ausgebildet am Institut für Atemtherapie und Atemunterricht, Berlin bei Prof. Ilse Middendorf von 1980 - 1982. Ausbildung am Fritz-Perls-Institut Düsseldorf in Gestalt- und Integrativer Therapie; Fortbildungen am Institut für Prozessarbeit Zürich; langjährige Prüfungsexpertin des SBAM.

Datum/Zeit: Freitag, den 30. und Samstag, den 31. Jan. 2026
jeweils von 09:30 - 16:00 Uhr

Kursgrösse: 8-12 Teilnehmer:innen

Zielgruppen: AtemlehrerInnen, LeibtherapeutInnen, PsychologInnen, PsychotherapeutInnen, Cranio-Sakral-TherapeutInnen

Kursart: Fortbildung 12 Std. à 60 Min

Kurskosten: Fr. 440.- inkl. Pausenverpflegung und Kaffee
Zahlbar nach Erhalt der Kursbestätigung
für Mittagsverpflegung Imbiss mitbringen kann am Kursort eingenommen werden.

Kursort: Atemschiule Schwendimann, Gufenhaldenweg 4, 8708 Männedorf

Mitbringen: einen alten, nie vergessenen, einen wiederkehrenden oder einen neuen Traum!!
etwas Warmes an die Füsse

Anmeldung: spätestens bis Mitte Jan. 2026
Atemschiule Schwendimann atemschiule@bluewin.ch www.atemschiule.ch
oder Reckenbergstrasse, 21, 3360 Herzogenbuchsee oder 079/ 750 78 01 oder
atempraxis@besonet.ch www.emr.ch/therapeut/mariemadeleine.gfellerliechti

Mit freundlichen Grüssen

Madeleine Gfeller-Liechti

Anmeldung: Fortbildung **Atmen und Träumen – Für sich selbst sorgen** Männedorf 30./31. 01. 2026

Name, Vorname:

Adresse:

PLZ:

Ort:

Telefon:

E-Mail-Adresse:

Unterschrift:

Datum:
