



Achtsamkeit und Stabilität in Zeiten der digitalen Medien

Sa, 21. September 2024

CLS-Seminar in Pöchlarn



SEMINARLEITERIN

Irene Penz, MSc, DSA
Diplom-Sozialarbeiterin
Psychotherapeutin
Supervisorin

**INHALT**

Achtsamkeit und Stabilität in Zeiten der digitalen Medien

Wir leben in einer schnellen, technisierten Welt, die uns vor viele neue Herausforderungen stellt. Die sogenannten neuen Medien ziehen nicht nur junge Menschen in ihren Bann und immer mehr Menschen entwickeln **Abhängigkeiten vom Internet, Smartphone und anderen technischen Verlockungen**.

In der Praxis bekommen wir es daher mehr und mehr mit solchen Themen zu tun, kommen oft an unsere Grenzen und benötigen konkretes Werkzeug, wie wir hier gute Wege aus beginnenden oder bereits bestehenden Abhängigkeiten begleiten können.

Im Seminar beschäftigen wir uns intensiv mit Fragen der Abhängigkeit, Entstehung und Ursachen, Merkmale und Therapiemöglichkeiten. Außerdem wollen wir gemeinsam auch Möglichkeiten entdecken, wie man der immensen Informationsflut und dem Druck, immer online sein zu müssen, gut widerstehen kann und was man auch spirituell entgegen setzen kann.

VERANSTALTUNGSORT

Lebenswelt Familie / HofTreff,
3380 Pöchlarn, Oskar-Kokoschka-Str. 15, www.lebenswelt-familie.at

TERMIN / WBS 17-24

Samstag, 21. September 2024 9:30 bis 18:30 Uhr

Die Teilnahme gilt als **10-stündige Fortbildung** im Sinne des §1 Abs.2 der Standes- und Ausübungsregeln für das Gewerbe der Lebens- und Sozialberatung (Bundesgesetzblatt II Nr. 260 vom 11.8.1998)

SEMINARKOSTEN € 140,00 (ohne Verpflegung)

Vier Wochen vor dem Seminartermin (=Anmeldefrist) erhalten Sie die Rechnung per E-Mail zugesandt. Es gelten unsere allgemeinen Geschäftsbedingungen.
Bei Unterschreitung der Mindestteilnehmerzahl behalten wir uns die Absage der Veranstaltung vor.

ANMELDUNG UND INFORMATION

Counseling für Lebens- und Sinnfragen (CLS)

Verein/Institut für Christliche Lebensberatung und Seelsorge

4020 Linz, Rainerstraße 15 / 4. Stock

Tel.: +43 (0)677/990 11 943

E-Mail: office@cls-austria.at Home: www.cls-austria.at

Bankverbindung Raiba St. Marien: IBAN: AT273453000000059600 BIC: RZOOAT2L530

Bildrechte: CLS, Pixabay