



**Dr. Ursula Barth**

Ärztin für Allgemeinmedizin  
Psychotherapeutin

## Ein Abend mit **The Work**

### **Möchten Sie gerne:**

- mehr Leichtigkeit ins Leben bringen
- konstruktiv mit Konflikten umgehen können.
- einen freundlichen wertschätzenden Umgang mit sich selbst und anderen pflegen

### **Einfach und effektiv**

Die Amerikanerin Byron Katie hat eine einfache und sehr effektive Methode entwickelt, mit vier wiederkehrenden Fragen Überzeugungen, die uns Stress bereiten, aufzulösen. Die Idee von The Work ist: Hinter jedem Gefühl von Stress und Leid steckt ein stressvoller Gedanke.

An den Abenden und Tagen mit „The Work“ lernen Sie, diese Überzeugungen selbst aufzuspüren und aufzulösen.

### **Erster Termin nach dem Sommer:**

1. September 2017  
17.30h - 20.30h

### **Ort:**

Seehof 5  
3293 Lunz am See

### **Kosten:**

€ 48,- inkl. Steuern  
(max. 10 TeilnehmerInnen)



[www.ubarth.at](http://www.ubarth.at)

0664 393 34 69

[gesundheit@ubarth.at](mailto:gesundheit@ubarth.at)