

REOSCH  
Genfergasse 1  
3011 Bern 031 311 66 81

## **Entscheide! - Und fühle dich sicher.**

Soll ich? Soll ich nicht? Wer sich diese Fragen stellt, ist sehr weit. Häufig weichen wir aus, lenken uns ab und fühlen uns im Alltagstrott gefangen. Um aber wirklich entscheidungsfreudig zu werden, können wir tiefer ansetzen: Lernen wir doch, unserer Intuition zu vertrauen um schliesslich Risiken einzuschätzen, indem wir uns bewusst dem Ungleichgewicht aussetzen.

Voraussetzungen: Neugier, Abenteuerlust, Forscherdrang und Geduld sind gute Voraussetzungen.

Arbeitsweise: Mentaltrainings (loslassen, konzentrieren, wahrnehmen) stehen im Vordergrund. Die Erfahrungen werden dann in Theorien gebündelt und hinterfragt. Der ganze Kurs bildet eine Einheit. Es sollten also möglichst alle Kursabende besucht werden.  
Der Kurs erklärt die Mentaltrainings, die für die SchülerInnen der Reosch zum Alltag gehören.

Kursleitung: Jakob Widmer (Gründer der REOSCH)

076 220 74 32  
[jakob@reosch.ch](mailto:jakob@reosch.ch)

Kosten: Fr. 150.-

Zeit: Dienstag, 6. November, Dienstag, 11. Dezember 2012,  
Dienstag, 15. Januar, Dienstag, 12. Februar, Dienstag, 26.  
Februar 2013, jeweils 18.00 - 19.30 Uhr

Ort: REOSCH, **Aarberggasse 46**, 3011 Bern im 3. Stock  
(beim Internetcafé, wir werden den Eingang gut markieren)

Mitbringen: bequeme Kleidung, evt. Decke



---

### **Anmeldung:**

Name \_\_\_\_\_ Vorname \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

Tel. Nr. \_\_\_\_\_ Anz. Personen \_\_\_\_\_