

SELF(RE)•(DE)SIGN WERKSTATT FÜR GESUNDHEITS-& SELBSTKULTUR

Schau rein !

Dieser Newsletter ist ein Service der EDITION SIP für Kunden, Freunde, Interessierte an Gesundheits- & Selbstkultur.

Nimm dir Zeit und Raum für dich Selbst.

Trag dich ein !

Der SIP self instruction publishing Verlag startet mit fünf Produkten und betreibt ein web-log mit dem Namen: www.rund-um-selbst-jetzt.at. Du kannst dich gerne einschreiben und bekommst Kostproben und Impulse aus der Praxis für die Praxis des gesunden Seelenlebens.

Lies dich in dein Wesen ein !

Die Bücher des SIP Verlages sind aus der langjährigen Praxis in der professionellen Arbeit als Psychotherapeut, Arbeitspsychologe, Coach und Seminarleiter für Gesundheitsseminaren in der Begegnung mit sehr vielen Menschen entstanden und unterstützen die seelische Gesundheit und die Selbstentwicklung.

Mag. Norbert Krennmair



Ein Selbst, das nicht an sich selbst denkt, ist ein selbstloses Selbst.

„Ich wollte mein Leben schreiben aber ich konnte es nicht Leben und Schreiben zugleich.“

Nun die SCHREIBLUST hat gesiegt und es ist gelungen Erfahrungswissen in verschiedenen Produkten auf den Markt und in Form zu bringen. Die Inhalte der SIP Bücher und Werke sollen dabei unterstützen sich selbst wieder näher zu kommen, aufzutanken um Schritte zu machen den letzten unentdeckten Kontinent zu erforschen - das Selbst.

Es geht um eigentlich ganz einfache Themen wie VITALITÄT, INNERES GLEICHGEWICHT, SELBSTENTFALTUNG; ENTSPANNUNG und vieles mehr, das dem Heil der Seele dient Wir wünschen uns, das das angesammelte Erfahrungswissen aus 25 Jahren mehr Menschen zu gute kommt, die Absichten haben, die Tendenz zum Guten zu fördern.





selfness is the way

Der Zugang zu inneren Ressourcen und Potentialen wie Kreativität, Innovation, Intuition, innere Absicht, etc. kann mit einfachen Übungen freigelegt werden. Damit wir uns dem `flow´, der Erfahrung, das es von selbst und leicht geht nähern können. Die `innere Weisheit´ kann arbeiten. Sie hat eine höhere Lösungskapazität als der Verstand mit seinen vorgefertigten Lösungen. Und der Zufall darf seine Rolle spielen, jenseits aller Pläne.

Etwas in mir weis in jedem Augenblick, was gut und richtig ist aber ein anderer Teil in mir, weis es meist besser und macht das was er immer macht.

Diesen Unterschied herauszuarbeiten und genauer auf sich selbst zu hören bedeutet den Ort im Körper zu ändern an dem Wissen entsteht.



PRODUKTBESCHREIBUNGEN

ENERGIEVOLL LEBEN – Anleitung zum glücklich Sein

Mag. Norbert Krennmair

Preis: 14.90 Euro

Format: gebunden, farbig, illustriert mit Karikaturen von August Di Lena

Umfang: 75 Seiten

ISBN 978-3-9504154-2-1

Dieses Buch ist ein niveauvoller und energischer um nicht zu sagen energetischer Zugang zum Thema Gesundheits- und Selbstkultur mitten im Arbeitsalltag. Jeder Mensch hat jeden Augenblick die Chance für sich selbst zu sorgen, indem er sich an Gesundheit erinnert und ühend den Alltagsstrott der Gewohnheiten unterbricht, um die Schnellladebatterien zu aktivieren. Jetzt ist die beste Zeit. Hier ist der beste Ort für den kleinen Unterschied zur Befreiung meiner inneren Lebendigkeit.

AKTIVE KURZENTSPANNUNG & REGENERATION IM ARBEITSALLTAG

Mag. Norbert Krennmair

Preis: SW 7,20,- Euro + Versandkosten, Farbe 9,60,- Euro + Versandkosten

Umfang: 50 Seiten, Pocketformat

ISBN 978-3-9504154-1-4

Dieses Pocketformatheftchen liefert wertvolle und einfach Anleitungen und Übungen für die aktive Regeneration und Entspannung hier & jetzt sowie kleine Gesundheitsimpulse. Es ist auch möglich dieses Heftchen in größerer Stückzahl für ihr Unternehmen anzubieten

© Edition SIP - Verlag für seelische Gesundheit

Bücher für das gesunde Seelenleben aus der Praxis für die Praxis

Mögliche Themen für die weiteren Werkblätter.

ZeitERleben, Atmung und Lebendigkeit, wertvolle Lebensgestaltung, Übung macht den Meister, Lesen – Abenteuer im Kopf, Der gute Morgen, Der gute Schlaf, Sinn und Sinnlichkeit, PausenMACHERcoach®, Lebensfragen, Jeder Tag ein guter Tag, Im Augenblick leben, Gesundheit in Zahlen. burn out – Stirb und Werde, Effiziente Kurzentspannung, u.a.

Autor und Herausgeber:

SIP self instruction publishing

Mag. Norbert Krennmair

NÖFA Alte Rahmenfabrik Wels • Schubertstrasse 9

mobil: 0699 1555 2555

mail: krennmair@change2.at