

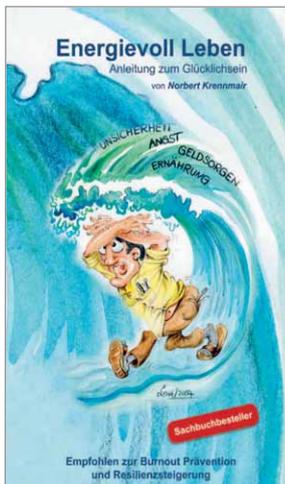


BÜCHER und eBooks
FÜR DAS GESUNDE SEELENLEBEN
aus der Praxis für die Praxis.

Wirksames Erfahrungswissen
aus vielen Gesundheitsseminaren und Einzelberatungen
zur Unterstützung Ihrer Gesundheitsbemühungen

BESUCHEN SIE UNSEREN WEBSHOP
www.edition-sip.online





DRUCK ODER eBook

ENERGIEVOLL LEBEN – Anleitung zum Glücklichein

Mag. Norbert Krennmair

gebunden, farbig, illustriert mit Karikaturen von August Di Lena

Umfang: 75 Seiten, ISBN 978-3-9504154-2-1

Druck: 12,- € + Versandkosten (ArtikelNr. 00001)

eBook ISBN 978-3-9519814-3-7/Download: 8,48 € (ArtikelNr. 00002)

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 Alltagsrott 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.



eBOOK

DIE NACHHALTIGE GESUNDHEITSPRAXIS

Einführung in Theralogy und AKA® – Autogene Körperarbeit®

Die Praxis zum Buch ENERGIEVOLL LEBEN

Norbert Krennmair

Umfang: 44 Seiten

eBook ISBN 978-3-9519814-8-2/Download: 4,88 € (ArtikelNr. 00022)

Dieses Beiheft zum Buch „ENERGIEVOLL LEBEN – Anleitung zum Glücklichein“ bietet Ihnen zwei bewährte Wege an, von denen wir wissen, dass sie wirken, um ihre Leistung zu steigern und Schritte zu machen im Hinblick auf 100% Leistung und der Auflösung von Beschwerden und Symptomen durch die steigenden Selbstheilungskräfte. Diese beiden Wege sind gut kombinierbar.



POCKETFORMAT ODER eBook

Aktive Kurzentspannung und Regeneration im Arbeitsalltag

Umfang: 52 Seiten, Pocketformat, ISBN 978-3-9504154-1-4

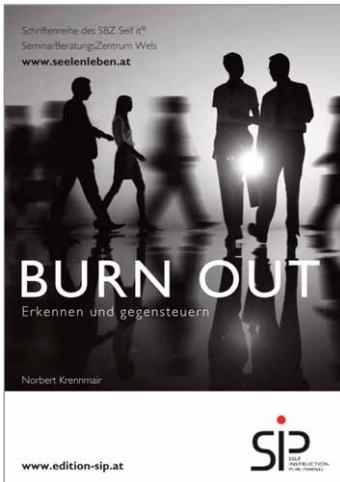
Pocketformat: 6,60 € + Versandkosten (ArtikelNr. 00003)

eBook ISBN 978-3-9519814-5-1/Download: 4,90 € (ArtikelNr. 00004)

Dieses Heftchen liefert wertvolle und einfache 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 – self instruction publishing

Bücher für das gesunde Seelenleben aus der Praxis für die Praxis



POCKETFORMAT ODER eBook

BURN OUT - Erkennen und gegensteuern

Umfang: 34 Seiten, Pocketformat, ISBN 978-3-9504154-0-7

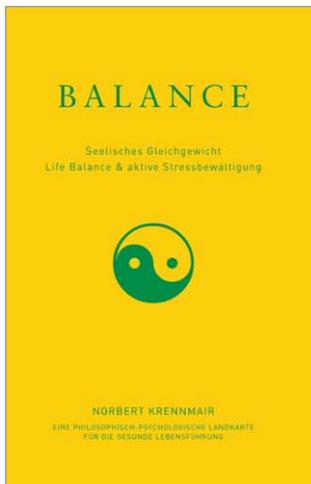
Pocketformat: 6,60 € + Versandkosten (ArtikelNr. 00011)

eBook ISBN 978-3-9519814-2-0/Download: 4,90 € (ArtikelNr. 00012)

Diese Aufklärungsbroschüre bietet die Gelegenheit ihr Burn-out-Risiko zu erkennen und erste praktische Ansätze für die Selbsthilfe. Es ist aus der psychotherapeutischen Arbeit mit Betroffenen sowie aus einer Reihe von Präventionsseminaren entstanden.

Es ist auch möglich dieses Heftchen in größerer Stückzahl für ihr Unternehmen als Firmenedition mit Logo, Vorwort, Werbung anzubieten.

®Edition SIP – self instruction publishing



DRUCK ODER eBook

**Balance – Seelisches Gleichgewicht
Life Balance & aktive Stressbewältigung**

Umfang: 102 Seiten, ISBN 978-3-9504154-5-2

Druck: 12,- € + Versandkosten (ArtikelNr. 00009)

eBook ISBN 978-3-9519814-7-5/Download: 7,48 € (ArtikelNr. 00010)

Dieses Arbeitsbuch ist eine Unterstützung auf dem Weg zum seelischen Gleichgewicht. Die Inhalte sind in vielen Seminaren und der Arbeit mit Klienten in der Psychotherapie und im Burnout-Coaching entstanden und laden ein, die eigenen Ungleichgewichtsfelder bewusst zu erkennen und Ausgleich zu finden.

Es unterstützt die eigene Mitte zu finden und aus der Mitte zu leben.



DRUCK ODER eBook

SEELENSAATGUT – Worte und Weisen

Robert M. Aichinger

Format: gebunden, SW, illustriert, ISBN 978-3-9504154-4-5

Umfang: 31 Seiten

Druck 12,- € + Versandkosten (ArtikelNr. 00007)

eBook ISBN 978-3-9519814-4-4/Download: 6,90 € (ArtikelNr. 00008)

Diese ureigenen Texte sind an besonderen Orten in besonderen Augenblicken entstanden, meist angeregt durch besondere Menschen. Sie sind Ausdruck von lebendigen Momenten. Entstanden nicht gemacht.

Im lesenden Einlassen sind sie Nahrung für die Seele im erinnern an das Wesentliche.

Anregung an den eigenen Seelengrund zu kommen. Sie laden ein, zwischen den Zeilen Raum zu finden um sich selbst zu begegnen. Sie schaffen Verbindung.



POCKETFORMAT ODER eBook

Über die Tendenz zum Guten

Umfang: 56 Seiten, Pocketformat, ISBN 978-3-9504154-3-8

Pocketformat: 6,60 € + Versandkosten (ArtikelNr. 00005)

eBook ISBN 978-3-9519814-9-9/Download: 4,90 € (ArtikelNr. 00006)

Dieses Pocketheft aus der Serie Quintessenzen des gesunden Seelenlebens ist eine Art Essenz der Werke der Edition SIP, eine Motivation zur Arbeit an sich zum inneren Wachsen und Werden und es gibt für viele Teilaspekte weiterführende Schriften, in die du dich vertiefen kannst.

Mögen diese Zeilen und Werke neue Seelenräume eröffnen.

©Edition SIP – self instruction publishing



eBOOK

**Selbstreflexion mit der magischen Zahl 7
Arbeitshandbuch zur Selbstreflexion
und bewussten Lebensgestaltung**

Norbert Krennmair

Umfang: 78 Seiten

eBook ISBN 978-3-9519814-0-6/Download: 4,90 € (ArtikelNr. 00014)



eBOOK

**Check your life
Formen um in Form zu kommen.**

Norbert Krennmair

Umfang: 44 Seiten

eBook ISBN 978-3-9519814-6-8/Download: 4,88 € (ArtikelNr. 00021)

Geschmückt mit wesentlichen Texten zur Inspiration und Orientierung auf das Wesentliche.



eBOOK

**SELBSTVERANTWORTLICHE GESUNDHEIT
BEWEGUNG IST LEBEN**

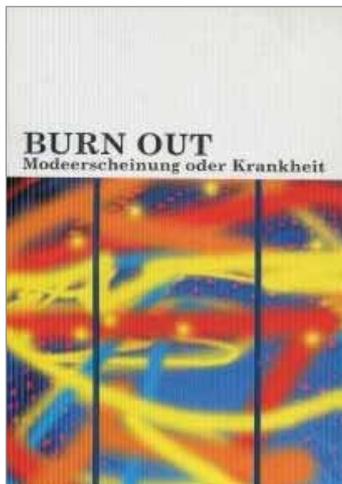
Claudia Leitenbauer & Norbert Krennmair

Umfang: 25 Seiten

eBook ISBN 978-3-9519814-1-3/Download: 4,90 € (ArtikelNr. 00013)

Integratives Selbst- & Gesundheitsprogramm zur Entfaltung der Selbstheilungskräfte
Mit speziellem Wirbelsäulenübungsprogramm

Dieses kleine Büchlein haben Claudia und ich gemeinsam erstellt, in Abstimmung
unserer Methoden und Zugänge, durch tägliches gemeinsames Üben und der
Vermittlung von Körperintelligenz in Workshops.



DVD

Burn-out DVD – Modeerscheinung oder Krankheit

Norbert Krennmair

ISBN 978-3-9504154-3-8 Preis: 26,- € + Versandkosten (ArtikelNr. 00015)

Produziert im Kooperation mit der Bundesfinanzakademie

Diese DVD enthält zwei Interviews mit burn-out-Betroffenen,
zwei Experteninterviews (Psychiater, Burn-out-Coach)
sowie eine Reihe von einfachen Übungen zur Burn-out-Prävention.



IDEEN ZUM WOHLERGEHEN

**SIP – selbstbestärkende Ideen
99 IDEEN FÜR DEIN WOHLERGEHEN
Das Leben hat Farbe.**

Norbert Krennmair

Umfang: 102 Seiten

Download: 4,50 € (ArtikelNr. 00016)

Eine animierte pdf-Datei mit positiven praxisbewährten Selbstaffirmationen.
Bereichere dein Sein mit wirksamen selbstbestärkenden Ideen.
Jeder Gedanke ist eine wirksame Kraft.
Jeder Gedanke ist bestrebt Wirklichkeit zu werden.

(Sommer 2020)



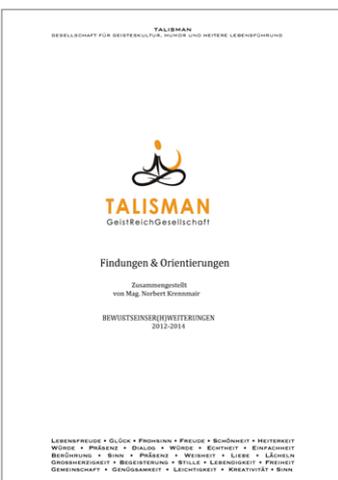
IDEEN ZUM WOHLERGEHEN

SelbstCoachingImpulsModule

Norbert Krennmair

Download: 24,50 € (ArtikelNr. 00020)

14 Module als gezippte Datei zum Download.



IDEEN ZUM WOHLERGEHEN

**Check your life
Formen um in Form zu kommen.**

Norbert Krennmair

Umfang: 43 Seiten

Download: 5,50 € (ArtikelNr. 00019)

Diese DVD enthält zwei Interviews mit burn-out-Betroffenen,
zwei Experteninterviews (Psychiater, burn-out Coach) sowie eine Reihe
von einfachen Übungen zur burn-out Prävention.



IDEEN ZUM WOHLERGEHEN

Der TALISMAN SelbstLIEBEordner®

Impulse aus der positiven Psychologie zum Themenbereich Selbst- & Gesundheitskultur entwickelt aus über 30 Gesundheitsseminaren und selfness®-Coachingprozessen.

Download: 16,20 € (ArtikelNr. 00018)

Sammele dich! Lass dich IN-formieren über Wesentliches – 160 Seiten Anregungen und Impulse; www.talisman-gesellschaft.at, EDITION SIP
SelbstCOACHINGimpuls-Module, selbstZUwendungenDIRselbst

QUINTESSENZEN der bewussten LEBENSGESTALTUNG zur Unterstützung der Freundschaft mit sich selbst – 15 Module je 20-40 Seiten mit Praxisimpulsen zum Selbstcoaching unter www.rund-um-selbst-jetzt.at

Sie haben für alles einen Ordner nur nicht für sich selbst. Beginnen sie sich an die schönen Momente ihres Lebens, an ihre Träume, an das was Sie lieben zu erinnern.

Ein Basisset an Anregungsmaterialien für Ihr ganz eigenes dynamisch gestaltbares LebensLustBuch ganz aus und für mich selbst.

BASISModule zum Schnuppern im GRATIS-DOWNLOADBEREICH

unter www.rund-um-selbst-jetzt.at

- 30 Seiten Anregungen zum Selbstspuren sammeln und Seele ordnen
- 20 inspirierend schöne Texte
- 20 Humor und Weisheitsgeschichten

ALLE MODULE IM WEB_SHOP unter www.edition-sip.online

GESUNDHEITSIMPULSE FÜR IHR UNTERNEHMEN

Schenken Sie ihren Mitarbeitern Anregungen zur selbstverantwortlichen SEELISCHEN GESUNDHEIT entwickelt von ARBEITSPSYCHOLOGEN aus und für die Praxis.

Es gibt die MÖGLICHKEIT einer FIRMENEDITION mit Klappentext und drei Werbeseiten im Paket mit Gesundheitsveranstaltungen (Vortrag, Workshop, Seminar) oder ein sofort lieferbares Buchpaket der 4. Auflage mit 10.000 Stk.

Mehr Informationen unter www.edition-sip.at



Unser Magazin:

DER MENSCH UND GESUNDE ARBEITSWELTEN

*In Kooperation mit INAAP Institut für angewandte
Arbeitspsychologie, Prävention und Gesundheitsförderung*

Das Quartalsmagazin erscheint vier mal jährlich.
Die 0-Nummer finden Sie unter www.edition-sip.at

Wir suchen in Kooperation mit INAAP Institut für angewandte Arbeitspsychologie,
Prävention und Gesundheitsförderung Abonnenten Einzelpersonen/Unternehmen.

BESUCHEN SIE UNSEREN WEBSHOP www.edition-sip.online



Mag. Norbert Krennmair

Wirtschafts- & Arbeitspsychologe, Organisationsberater, Trainer und Personal-Coach
mit Schwerpunkt Burn-out, Gesundheit und Selbstkultur, Cell-Re-Active-Trainer, Entwickler
und Lehrtrainer der AKA® – Autogenen Körperarbeit®, BREEMA-Practitioner

Wohnhaft in Gaspoltshofen, 35 Jahre Erfahrung in der psychologischen
und psychotherapeutischen Arbeit mit Einzelpersonen, Teams und Unternehmen.

PRAXIS FÜR POSITIVE PSYCHOLOGIE UND PSYCHOTHERAPIE

Nöfa Alte Rahmenfabrik, Schubertstrasse 9, 4600 Wels
0699 1555 2555, krennmair@change2.at

www.edition-sip.online, www.edition-sip.at, www.energievoll-leben.at
www.change2.at, www.seelenleben.at, www.rund-um-selbst-jetzt.at