

# GLÜCKSKURS EUDAIMONIA

**MMag. Werner KLAUS**  
8130 Frohnleiten, Vormarkt 6/ 1  
8020 Graz, Europaplatz 12/ 1.OG  
Mobil: +43 (0) 664 6330337  
E-Mail: [praxis@wernerklaus.at](mailto:praxis@wernerklaus.at)  
[www.wernerklaus.at](http://www.wernerklaus.at),  
[www.glueckskurs.eu](http://www.glueckskurs.eu)  
Gesundheitspsychologe  
Klinischer Psychologe  
Psychotherapeut  
Verhaltenstherapie

## Seminar intensiv in Grado

Die Frage nach einem gelingenden Leben beschäftigt schon Jahrtausende lang Philosophen und zuletzt Psychologen und Psychotherapeuten. Einerseits ist der Weg zu vermehrtem Glück ein individueller, den du für dich finden musst, andererseits eine lernbare Kunstfertigkeit, die manchem besser und anderen weniger gut gelingt – eine Lebenskunst!

Das an der Glücksforschung und Hirnforschung orientierte verhaltenstherapeutische Seminar liefert dir dabei zahlreiche Bausteine für eine glücklichere Lebensführung. Du lernst anhand deiner biografischen Zugänge, positiver zu denken, deine guten Gefühle zu vermehren, sowie unangenehme zu regulieren, einen gesunden Lebensstil zu entwickeln, dein Verhalten erfolgreicher zu gestalten und deine Beziehungen gelingender zu führen.

Neben der geleiteten Selbstreflexion spielt der gemeinsame Austausch in der Gruppe eine große Rolle. Über spielerisch-experimentelle und humorgetragene Elemente wird das Seminar ein schönes Erlebnis, das dir die Übertragung in den Alltag ermöglicht, damit du das wirst, was du bestmöglich sein kannst!

### Gruppengröße:

mind. 8 bis max. 12 Teilnehmerinnen.

### Termine:

Frühjahrstermin, Herbsttermin.

### Seminarzeiten:

Freitag, 17-20 Uhr,

Samstag, 14-20 Uhr,

Sonntag 12- 14 Uhr (16 AE),

damit bleibt dir auch genug Zeit, um die Umgebung zu genießen!

Bitte unbedingt persönlich telefonisch bei mir anmelden bis ein Monat vor dem jeweiligen Beginn!

**Anreise und Hotelbuchung** sind selbst vorzunehmen und sind in den Kosten nicht inkludiert!

### Kosten: 300 €,

nach telefonischer Anmeldung, dann:

Überweisung auf das Konto Werner Klaus,

mit der IBAN: AT17 6000 0000 7602 0588,

Rechnung und Seminarbuchungsbestätigung erfolgt nach Zahlung!

### Seminarort:

Hotel Alla Città di Trieste

Piazza XXVI Maggio 22

34073 Grado (GO)

Tel: +39 043183571

E-Mail: [info@hotelcittaditrieste.it](mailto:info@hotelcittaditrieste.it)

Für die Seminarteilnehmer gibt es dort freundlicherweise nach Verfügbarkeit reduzierte Preise für die Nächtigung!