

**Tinnitus – die verlorene Stille**  
**Seminar bei Tinnitus und Stress**  
**mit Musiktherapie und Qigong/TCM**  
**vom 8. und 9. Okt. 2022**  
**in Haus Schönblick/Bad Kohlgrub**

**Dieses Seminar** richtet sich an Menschen, die von Stress und körperlicher oder emotionaler Erschöpfung geplagt sind und eine Auszeit in erholsamer Natur suchen.

Sie lernen an diesem langen Wochenende mittels Musik, Körper- und Wahrnehmungsübungen einen natürlichen Kontakt zu ihren inneren Ressourcen zu finden und eigene Quellen der Regeneration zu aktivieren.

Die wunderschöne Natur rund um Bad Kohlgrub unterstützt Sie dabei.

Zwei Fachvorträge zu Beginn des Seminars informieren Sie über wissenschaftliche Hintergründe aus der Mind-Body-Medizin und der Musiktherapie bzgl. der angewandten Verfahren.



**In der Musiktherapie** erleben Sie auf einfache Weise Klang und Spiel mit verschiedenen Instrumenten. Die Klangerfahrung kann Sie wieder mit verschiedenen Facetten Ihres Wesens verbinden – einer Quelle, aus der Sie Kraft schöpfen und Ihre eigene Lebendigkeit ausdrücken können. Das Erleben von Tiefenentspannung mit speziellen Klängen wie z.B. des Monochords helfen Stress und Anspannung abzubauen und führen in die Erfahrung einer heilsamen Ganzheit. Die heilsame Kraft des gemeinsamen Singens stärkt das Immunsystem und lässt uns körperlich und emotional präsenter erleben.

**Die Atem- und Bewegungstherapie des Qigong** nutzt das grosse Wissen des alten China, um verborgene Gesetzmässigkeiten des Lebens zu erforschen, um unseren Organismus gesund und vital zu erhalten. Geistige und körperliche Übungen helfen Verspannung abzubauen und regulieren das Vegetative Nervensystem, um wieder ein inneres Gleichgewicht und erholsamen Schlaf zu finden.

Das Seminar eignet sich für alle interessierten Menschen, die aktive Regeneration und Erholung suchen, es empfiehlt sich insbesondere bei Stresserkrankungen wie Schlafstörungen, Nervosität und Tinnitus/Hörsturz.

**Seminarleitung:**

**Andrea Müller-Dosch**, M.A. Musikpädagogin u. Musiktherapeutin, Ausbildung bei Dr. A. Cramer (Tinnitus: Wirksame Selbstheilung durch Musiktherapie, Trias-Verlag) arbeitet seit 16 Jahren in einer HNO-Klinik mit Tinnitus-Patienten. Kontakt: 08238/9667816

**Marianne Wegener**, Lehrerin und Dozentin für Qigong und TaiJi, Körperarbeit der TCM, seit 20 Jahren Arbeit mit Tinnitus- und Stress-Patienten in privater Praxis und in einer HNO-Klinik für Tinnitus, Hörsturz und Schwindel. Körperorientierter Gestalttherapie (ZIST/Penzberg).

**Seminarzeiten:** Beginn: Sa. 08.10. 2022 um 9.30 Uhr  
Ende: So. 09.10. 2022 um 16.00 Uhr

**Seminarort:** Haus Schönblick; Bad Kohlgrub

**Seminarkosten:** 210 €

**Unterkunft und Verpflegung:** 1 Nacht Zimmer mit Frühstück ab 46,50 €. HP o. VP auf Wunsch.

**Anmeldung** bis spätestens 15.09.2022 bei: Marianne Wegener: Email: [mw@wu-chi.net](mailto:mw@wu-chi.net),  
Tel. 08054-9083380