

# PME-Supervision



## Vertiefungs- und Supervisionstag für PME-Kursleitende der achtsamkeitsbasierten PME-Ausbildung

Der Vertiefungs- und Supervisionstag richtet sich an alle Kursleitenden für Progressive Muskelentspannung, die ihre Ausbildung in achtsamkeitsbasierter Progressiver Muskelentspannung absolviert haben.

### Inhaltliche Schwerpunkte

- Neue Trends in der Progressiven Muskelentspannung
- Vertiefung inhaltlicher Aspekte der PME
- Klärung methodisch-didaktischer Fragen
- Erfahrungsaustausch mit Kolleginnen und Kollegen
- PME-Anleitung neu erleben
- Material- und Ideenbörse  
(Bitte geeignete Kurs-Materialien mitbringen oder im Vorfeld mailen an: mail@cornelia-loehmer.de)
- Zeit für Kontakt, Kennenlernen und Kooperation

**Voraussetzung für die Zusatzqualifikation ist eine Kursleitungsausbildung in achtsamkeitsbasierter Progressiver Muskelentspannung für die Arbeit mit Erwachsenen. (Bei der Anmeldung bitte eine Kopie Ihres PME-Zertifikates beilegen.)**

### Teilnehmerunterlagen

Die Teilnehmenden erhalten Vertiefungsmaterialien zur PME für die Arbeit mit Erwachsenen und zur Kursgestaltung.

### Teilnahmebescheinigung

Der Weiterbildungstag schließt mit einer Bescheinigung über die Teilnahme ab und dokumentiert die Inanspruchnahme von Supervision und Fortbildung auf dem Themengebiet der Progressiven Muskelentspannung.

### Referentin

**Dr. Cornelia Löhmer, M.A.** TZI-Gruppenleiterin (RCI.int), zertifizierte MBSR-Lehrerin (CFM), langjährige Hochschuldozentin an der Universität Gießen. Seit 1990 selbstständige Seminarleiterin, Trainerin, Ausbilderin für achtsamkeitsbasierte Verfahren und Buchautorin. Aktuelle Publikationen im Klett-Cotta Verlag:



- Die Kunst, im Alltag zu entspannen. Einübung in die Progressive Muskelentspannung. Mit Hör-CD, 6. Aufl. 2015
- TZI – Die Kunst, sich selbst und eine Gruppe zu leiten. Einführung in die Themenzentrierte Interaktion, 4. Aufl. 2015
- Timeout statt Burnout. Einübung in die Lebenskunst der Achtsamkeit. Mit Hör-CD, 6. Auflage 2017
- MBSR - Die Kunst, das ganze Leben zu umarmen. Einübung in die Stressbewältigung durch Achtsamkeit. Mit 2 Hör-CDs. 4. Auflage 2017

**Termin: 04. Dezember 2018 (Kurs 23844)**

von 09.00 – 17.00 Uhr

**Gebühr**

120,— EUR inkl. Teilnehmerunterlagen, zzgl. 9 EUR (Mittagessen)

**Ort**

Sportschule des Landessportbundes Hessen e.V., Otto-Fleck-Schneise 4, 60528 Frankfurt

**Anmeldung (die entsprechende Kursnummer bitte bei der Anmeldung angeben)**

Bildungsakademie des Landessportbundes Hessen e.V.

Otto-Fleck-Schneise 4, 60528 Frankfurt

Tel. 069 / 6789-220, Fax: 069 / 6789-306

online: [www.sport-erlebnisse.de](http://www.sport-erlebnisse.de)



**Übernachtung und Verpflegung**

Übernachtungsmöglichkeiten bestehen in der Sportschule des Landessportbundes Hessen. Übernachtungswunsch bitte bei der Anmeldung mit angeben; wir übernehmen dann die Reservierung für das entsprechende Zimmer.

Preise (pro Person und Tag, incl. Frühstück): EUR 44,50 (EZ), EUR 34,50 (DZ).

✂-----

**ANMELDUNG**

<b>Kurs-Titel: PME-Supervision – Vertiefungs- und Supervisionstag für PME-Kursleitende der achtsamkeitsbasierten PME-Ausbildung</b>		
Kurs-Nr.:	Kurs-Ort: <b>Frankfurt / Main</b>	Veranst.-Datum
Kurs-Teilnehmer/in Name, Vorname:		
Straße, Haus-Nr.:		
PLZ, Wohnort:		
Tel.: (tagsüber):	Geb.jahr:	
E-Mail-Adresse:		
Beruf:	Gebühr:	
Die beiliegenden Teilnahme- und Rücktrittsbedingungen habe ich zur Kenntnis genommen, und ich erkenne sie an.		
Ort, Datum Erzberechtigte)	Unterschrift (bei Jugendl. u. 18 J.	
Mitglied im Sportverein: ja / nein	Übungsleiter/in: ja / nein	
Übernachtung in der Sportschule (Einzelzimmer oder Doppelzimmer):		

Mit der Weitergabe meiner Anschrift + Tel.-Nr. an Kursteilnehmer zur Bildung einer Fahrgemeinschaft bin ich einverstanden ja / nein