

Integrative Differentielle Regulation (IDR)

Dr. Luise Zieser-Stelzhammer, MAS

TERMIN	Freitag, 28. Oktober 2022 , 18:00 Uhr bis Sonntag, 30. Oktober 2022 , 12:30 Uhr
ARBEITSZEITEN	20 Arbeitseinheiten á 45 Minuten
SEMINARGEBÜHR	Euro 380,-
ORT	Bildungshaus St. Hippolyt, Eybnerstraße 5 3100 St. Pölten, Tel. +43 2742 352104 Parkmöglichkeit im Haus (Tiefgarage) 5 Minuten zu Fuß vom Bahnhof St. Pölten entfernt www.hiphaus.at
MITZUBRINGEN	Ölpastellkreiden, Decke, kleiner Polster, bequeme Kleidung, Hausschuhe
INHALT	Die IDR (Integrative Differentielle Regulation) ist, basierend auf einer Verbesserung der leiblichen Selbstwahrnehmung, auf eine ausgeglichene, ausgewogene psychophysiologische Selbstregulation gerichtet. Ziel ist eine Isodynamik, eine lockere Spannung, die weder Erschlaffung noch Verspanntheit beinhaltet, sondern eine wache Gelöstheit darstellt. Die IDR stellt eine Weiterentwicklung der Progressiven Muskelrelaxation dar. Sie wurde von Petzold et al. entwickelt und kann innerhalb von Behandlungsverfahren wie Psychosomatik, Psychotherapie, Physiotherapie, medizinischer Behandlung usw. angewendet werden.
CORONA REGELUNG	Die Teilnahme kann zur Sicherheit aller nur PCR-getestet erfolgen.

<p>ÜBERNACHTUNG</p>	<p>Nehmen Sie rechtzeitig Kontakt mit der Rezeption des Bildungshauses St. Hippolyt auf (täglich 08.00 bis 12.00, Tel. +43 2742 352104, hiphaus@kirche.at), wenn Sie ein Zimmer für die Zeit des Seminars buchen wollen!</p> <p>Bedenken Sie, dass die Seminarzeiten am Freitag und Samstag bis jeweils ca. 22.00 Uhr dauern werden.</p> <p>Die Kosten für ein Einzelzimmer inkl. Frühstück betragen im Bildungshaus St. Hippolyt € 57,30 pro Nächtigung. Mittagessen (3-gängiges Menü inkl. Salatbuffet: € 13,40) und Abendessen (€ 10,20) können optional dazu gebucht werden. Das Bildungshaus hat auch ein Café, wo in den Pausen und am Abend bis ca. 23.00 Uhr Getränke und kleine Imbisse gekauft werden können.</p> <p>Den Anfahrtsplan zum Bildungshaus St. Hippolyt können Sie downloaden unter: www.hiphaus.at/fileadmin/content/inhalt/Anfahrtsplan_Bildungshaus.pdf</p>
<p>WEITERE ÜBERNACHTUNGS- MÖGLICHKEITEN</p>	<p>Hotel-Gasthof Graf ***, Bahnhofplatz 7, +43 2742 352757, office@hotel-graf.at</p> <p>Hotel Metropol ****, Schillerplatz 1, +43 2742 70700, office@hotel-metropol.at</p>
<p>ANMELDUNG</p>	<p>Wenn Sie am Seminar teilnehmen wollen, melden Sie sich ausschließlich schriftlich per Mail an: luise@zieser-stelzhammer.at</p> <p>Sie erhalten eine Bestätigung Ihrer Anmeldung per Mail, diese ist dann verbindlich.</p> <p>Ein Rücktritt von der Veranstaltung ist bis 4 Wochen vor Beginn kostenfrei möglich und hat schriftlich per Mail zu erfolgen an: luise@zieser-stelzhammer.at</p> <p>Kontakt: Dr. Luise Zieser-Stelzhammer, MAS: +43 699 11362242</p>
<p>VORTRAGENDE</p>	<p>Dr. Luise Zieser-Stelzhammer, MAS, Ärztin für Allgemeinmedizin mit Spezialisierung in psychosomatischer Medizin, ÖÄK-Diplom für Psychotherapeutische Medizin, Psychotherapeutin, Lehrtherapeutin der Österreichischen Ärztekammer, Lehrtherapeutin im Fachspezifikum Integrative Therapie ÖAGG, niedergelassen in freier Praxis in Wien.</p>