

Bewegung für die Seele

Psychotherapie durch Wandern



VORTRAG

Prof. Dr. med.

**Reinhard
Haller**

**Eintritt
frei!**



Möglichst viel in möglichst kurzer Zeit erledigen und trotzdem scheint die Zeit nie auszureichen für all das, was noch ansteht. Den Alltag zu entschleunigen und Stress abzubauen scheint in unserer schnelllebigen Gesellschaft überaus bedeutsam. Dass Bewegung in schöner Natur einen positiven und gesundheitsfördernden Effekt auf den menschlichen Körper hat, ist bekannt. Aber wie sieht es bei den Auswirkungen auf die Psyche aus?

In seinem Vortrag zeigt Prof. Dr. med. Reinhard Haller auf, wie das Wandern unsere Emotionalität vertieft, Ressourcen aktiviert und zugleich uns zu mehr Gelassenheit führt.

Wann: Di, 15.05.2018; Einlass: 19:00 Uhr; Vortrag: 19:30 Uhr
Wo: Gemeindezentrum DorfMitte, Werben 9, 6842 Koblach

Kostenlose Anmeldung bei Philipp Zauner, T: +43 664/19 55 729, E: p.zauner@sportunion-vlbg.at
Wir bitten um eine vorhergehende Anmeldung, da die Anzahl der Sitzplätze beschränkt ist.

VITA

Prof. Dr. med. Reinhard Haller – Psychiater, Neurologe und Psychotherapeut – war von 1983 bis 2017 Chefarzt einer psychiatrisch-psychotherapeutischen Klinik mit dem Schwerpunkt Abhängigkeitserkrankungen. Bekannt ist er als national und international tätiger forensischer Psychiater und Gerichtsgutachter (z.B. in den Fällen Jack Unterweger, Franz Fuchs, Amoklauf Winnenden oder Grazer Amokfahrt) sowie als Autor mehrerer Sachbuchbestseller.