

Einladung zur Generalversammlung des ÖBK 2019

Neuwahl der Vorstandsmitglieder

I. Generalversammlung

Freitag, 20. September 2019, 15:00 Uhr bis ca. 18:00 Uhr

Ort: Seminarraum des Gemeindeamts Amlach (oberster Stock),
Lindenweg 4, 9908 Amlach

Tagesordnung

1. Begrüßung und Eröffnung durch den Vorstand
2. Feststellung der Beschlussfähigkeit
3. Bericht des Vorstandes
4. Bericht des Kassiers
5. Bericht des Rechnungsprüfers
6. Antrag auf Entlastung des Vorstandes und des Kassiers
7. Neuwahl der Mitglieder des Vorstands
8. Anträge an die Generalversammlung
9. Allfälliges

Anträge und Wahlvorschläge an die Generalversammlung bitte bis
spätestens 13. September 2019 in schriftlicher Form
postalisch oder per E-Mail an die ÖBK Geschäftsstelle senden:
sekretariat@kinesiologie-oebk.at
Klein-Köstendorf 10/2, 5203 Köstendorf

II. Fortbildung:

**- „Mit ausgeschlafenen Menschen lebt und arbeitet es sich leichter“
mit Maria Obermair**
Samstag, 21.9.2019, 9:30 – 10:30 Uhr

Laut einer Studie verändern sich bereits 711 Gene nach 14 Tagen Schlafmangel. Es handelt sich dabei um jene Gene, die das Immunsystem und die Konzentrationsfähigkeit stärken. Schlafprobleme schwächen nicht nur unsere Abwehrkräfte und unsere Aufmerksamkeit, Schlafdefizit bewirkt vielseitiges psychisches und körperliches Unwohlsein. Obwohl der regenerative Schlaf zu den lebensnotwendigen Grundbedürfnissen zählt, rückt er wegen anderer wichtiger „Alltagsangelegenheiten“ immer mehr in den Hintergrund. In meinem Vortrag vermittele ich Zusammenhänge zwischen diversen Schlafproblemen und der Inneren Organuhr. Ich stelle einfache Übungen vor und gebe kleine Anregungen für leichtes Einschlafen, sicheres Durchschlafen und erholsames Aufwachen.

Kinesiologie Maria Obermair e.U., seit 1992 Gesundheits-, Schlaf- und Wohlfühlexpertin und Autorin von „Die perfekte Nacht“; Kinesiologisches Coaching, Workshops und Seminare, Ausbildung zum Lizenzierten Brain Gym® Consultant/Instructor/Facilitator;

- Schnupperworkshop „Stressabbau mit The Work von Byron Katie“ mit Prof. Mag. Herta Meirer Samstag, 21.9.2019, 11:00 – 13:00 Uhr

Es sind unsere Gedanken, die uns z.B. bewegen "ja" zu sagen, obwohl wir "nein" meinen. Die uns tagtäglich Geschichten glauben lassen, wie unsere Partner, Kinder, Arbeitskollegen, Chefs sein sollten. Wenn das Leben nicht unseren Erwartungen entspricht, sind wir ärgerlich, frustriert, wütend, resigniert, deprimiert.

The Work® von Byron Katie ist eine effektive Methode, unsere Gedanken zu überprüfen. Sie beruht auf der Erkenntnis, dass jedes Leiden - ob physisch oder psychisch - seinen Ursprung in unseren unwahren, nicht hinterfragten Gedanken hat.

The Work® ist ein kraftvoller Prozess, in dem durch 4 Fragen und anschließende Umkehrungen Gedanken auf ihren Wahrheitsgehalt untersucht werden. Verblüffend rasch können sich statt unangenehmer Gefühle und Stress Klarheit, Frieden und Freude einstellen.

The Work® ist keine herkömmliche Therapie, sondern eine Selbstklärungsmethode, deren Anwendung jeder erlernen kann. Dazu sind lediglich Offenheit und Bereitschaft zur Veränderung notwendig. Durch regelmäßige Anwendung von The Work können wir wieder zu Lebensfreude, Frieden, Leichtigkeit und Erfolg finden.

In diesem Workshop kann jede/r für sich die Wirkung von The Work erproben.

Prof. Mag. Herta Meirer, Thurnzauche 17a, 9904 Thurn; www.herta-meirer.at

- Präsentation der anerkannten Methode „Natur-Feld-Kinesiologie“ von Ursula Bencsics, Ursula Waldl und Elisabeth Wieser Samstag, 21.9.2019, 15 – 17 Uhr

Natur-Feld-Kinesiologie

..eine Symbiose aus Kommunikation mit der Natur, dem Feld und der klassischen Kinesiologie. Einbeziehung von Austausch zwischen Informationsfeldern und dem Weg - als wesentliche Faktoren einer kinesiologischen Balance. Eine kinesiologische "Jam-Session" zwischen Klient, KinesiologIn & dem "großen Ganzen". In dieser Präsentation lassen wir uns ein auf eine erweiterte Definition des kinesiologischen Klartests nach NFK.

- Kaminesgespräch: „ÖBK – Vergangenheit/Gegenwart/Zukunft! Was macht der ÖBK und welche Visionen haben wir?“ Samstag, 21.9.2019, 17:30 – 19:00

Der Vorstand lädt zu einem gemütlichen Gespräch ein, zu dem alle interessierten Personen eingeladen sind. Urgesteine des ÖBK berichten über vergangene Meilensteine, der derzeitige Vorstand informiert über die aktuellen Visionen und Ideen und gemeinsam möchten wir mit Euch in die Zukunft blicken. Vor allem soll dort viel Platz finden, um Eure Fragen zu beantworten.

- Wanderung zur Linzer Hütte – geführt von Prof. Mag. Herta Meirer Sonntag, 22.9.2019

Gemeinsam machen wir eine ca. 4stündige Wanderung plus 1 Stunde Pause zur Linzer Hütte.

Wir ersuchen aus organisatorischen Gründen für Deine baldige Anmeldung und freuen uns auf die gemeinsame Zeit. Wir ersuchen die Unterkünfte baldmöglichst zu reservieren.

Mit herzlichen und kollegialen Grüßen.



Mag. Christian Dillinger • ÖBK Vorstand