

GENIESSEN SIE
ENTSPANNENDE TAGE
AM BIOBAUERNHOF IM
SALZBURGER SEENLAND.

Kontakt

ART Apartment

Lubi Breitfuß
Schmiding 10
5201 Seekirchen
T: +43 (0) 664 15 18 15 0
art@lubi.at
www.lubi.at
<https://abnb.me/WaFqUJNW19>

Therapie.raum

Mag. rer. nat. Brigitte Platzer
Sinnhubstraße 10
5020 Salzburg
T: +43 (0) 670 77 15 009
www.gemeinschaftspraxis-
verhaltenstherapie.at



Durch-Art-Men

ART APARTMENT &
ENTSCHLEUNIGUNG



ENTSCHLEUNIGEN SIE
IHREN ALLTAG -
WILLKOMMEN IM
MOMENT.

Über uns

Lubi Breitfuß - Vilemova wurde am 18.07 ... in Brezno in der Slowakei geboren und ist seit 1991 in Österreich. 1998 entstanden ihre ersten Bilder und seit 2002 lebt sie als freischaffende Künstlerin in Seekirchen (Salzburg).

Mag. rer. nat. Brigitte Platzer
Klinische Psychologin & Gesundheitspsychologin
Verhaltenstherapeutin in eigener Praxis

Leistungen

ENTSPANNUNG & ACHTSAMKEIT

- Progressive Muskelentspannung nach Jacobson
- Autogenes Training
- Entspannungsreisen
- Achtsamkeitsübungen
- Achtsamkeitsspaziergänge
- Achtsamkeitsmeditationen
- Genussspaziergänge

GESUNDHEITSPSYCHOLOGISCHE BERATUNG

- Stressbewältigung
- Work Life Balance
- Bewegungsförderung
- Resilienzförderung
- Protektive Ressourcenarbeit
- Schlafhygiene
- Förderung von mehr Wohlbefinden
u.v.m.

AUSDRUCKSMALEREI

Schärfen und erleben Sie Ihre Sinne, den Verstand sowie Ihre Gefühle und Intuitionen im Malprozess. Nicht nur das Ergebnis, welches am Ende vor Ihren Augen sichtbar wird, ist das Ziel, sondern auch die Erfahrungen, welche Sie auf diesem Weg machen. Ausdrucksmalerei wirkt auf 5 Ebenen- die spielerische Ebene, die pädagogische Ebene, die Ebene der Selbsterfahrung, die emotional-seelische Ebene sowie die spirituelle Ebene (nach Laurence Fotheringham) und bietet eine spannende Form der Selbsterfahrung.