

***** Wochenenden *Frauenauszeit* *****

Fühlst du dich manchmal überfordert? Scheint die Welt um dich herum nie still zu stehen? Wünschst du dir manchmal, einfach mal inne zuhalten und dir selbst zu begegnen? Bewegen dich Fragen, auf die du keine Antworten findest? Bewegt dich etwas, das du genauer betrachten möchtest? Und inspiriert dich das Sein in der Natur?

Oder regen sich vielleicht auch bestimmte Ängste in dir, wenn du daran denkst, dich für ein Wochenende vertrauensvoll in die Natur zu begeben, fern vom Alltag mit all seinen Sorgen, Gedanken, Erledigungen, Erwartungen, ... die er so mit sich bringt?

Vielleicht sehnst du dich einfach nur nach einem ruhigen und anregenden Austausch z.B. mit anderen Frauen zu deinem Thema?

Oder stehst du an einem Punkt in deinem Leben, wo es so wie bisher nicht mehr weiter zu gehen scheint? Steht vielleicht sogar eine Entscheidung an, doch du weißt nicht, wie der nächste Schritt in deinem Leben aussehen könnte?

Dann lade ich dich ganz herzlich auf ein spannendes Abenteuer ein, bei dem du dich von mir ein Stück weit auf deinem Weg begleiten lassen kannst.

Zielgruppe

Dieses Angebot richtet sich an Frauen,

- * die sich einen geschützten und begleiteten Rückzug in die lebendige Natur wünschen
- * mit der Sehnsucht im Herzen, ihrem eigentlichen Wesen Zuwendung zu schenken
- * die den Ruf hören, den Kräften zu begegnen, die den Weg weisen und helfen, die nächsten Schritte zu gehen
- * die in helfenden Berufen arbeiten (Physiotherapeutinnen, Psychotherapeutinnen, Heilpraktikerinnen, Ärztinnen, Lehrerinnen, Erzieherinnen, Sozialarbeiterinnen, Pflegefachkräfte, Dienstleisterinnen, Familienmanagerinnen, ...)
- * die in urbanen Räumen wohnen und arbeiten
- * die sich einfach mal aus dem Alltag „beamen“ möchten

An diesen Wochenenden

- * kann Altes gehen und Nährendes neu gefunden werden
- * können die empathischen und sensitiven Antennen wieder frei gelegt werden
- * kann eine Kraftquelle wieder gefunden werden, durch die das Geben und Nehmen wieder in Balance kommt
- * können sich die eigenen Helfer*innenkräfte mit den umfassenden helfenden Kräften der Natur verbinden
- * können wir uns an das eigene Selbst und seine Verbundenheit mit dem "großen Ganzen" erinnern
- * können wir das gute Gefühl in uns selbst wahrnehmen, das immer da ist, aber oftmals von unserem eigenen „Lärm“ und unserem geschäftigen Treiben übertönt wird

Voraussetzungen

Für diese Wochenenden sind keine Vorkenntnisse oder besondere Fähigkeiten erforderlich. Es erwartet euch kein "Survival-Training". Wir werden jedoch draußen leben. Bringt dafür gern mit, was es euch angenehm macht (Luftmatratze, Kissen, Decken, Felle, Wärmflasche, ...) Eine Packliste folgt. Die **Lebensmittel** (biologisch und vegan) besorge ich, Kosten pro Person ca. 30,00 € in bar vor Ort.

Gruppengröße mindestens 5, maximal 8 Personen.

Kosten pro Wochenende

Normalpreis **350,00 €**

Förderpreis 420,00 €

Geringverdiener 270,00 €

plus Anteil Lebensmittel ca. 30,00 €

Frühbucherrabatt (bis 8 Wochen vor Termin):

Normalpreis 320,00 €

Förderpreis 390,00 €

Geringverdiener 270,00 €

Inhaltlich

möchte ich im Vorfeld nicht viel vorgeben. Es gibt kein festes „Programm“, das uns durch das Wochenende bringt. Dennoch werde ich euch durch dieses Wochenende führen und begleiten. Dafür müsst ihr nichts weiter tun, als euch vertrauensvoll darauf einzulassen. Es erfordert keinen besonderen Mut und ihr müsst dort niemandem etwas beweisen! Es wird auf jeden Fall eine „spannende Reise“ in euer tiefstes Innerstes und ihr werdet erfüllt und gefüllt nach Hause gehen.

Vorbereitend möchte ich euch dazu einladen, eine weibliche Figur aus einer Geschichte, einem Märchen oder einem Mythos „mitzubringen“, die euch persönlich besonders anspricht, euch in eurem Leben auf eine besondere Weise immer wieder begegnet oder die vielleicht gerade mit eurer momentanen Lebenssituation zu tun hat/haben könnte.

Des weiteren bringt bitte mit:

*einen kleinen Gegenstand von dort, wo ihr wohnt (Steinchen, Stöckchen, Blatt einer Pflanze, Muschel, ...)

* einen Waschlappen und ein kleines Fläschchen Massageöl sowie

* Schreibzeug (falls ihr euch eventuell Notizen machen möchtet)

Bitte nennt mir zu eurer Anmeldung auch ein Stichwort zu dem Thema, das euch gerade bewegt.

Verbindliche Anmeldung oder Fragen unter **4rulez@riseup.net**

Ihr findet mich auch auf facebook unter „Frauenauszeiten und mehr“.

Termine

10.05. - 12.05.2019

26.07. - 28.07.2019

11.10. - 13.10.2019