

Wege – Wandel – Nächste Schritte

Rückenwind und Lebenskraft für Menschen in Zeiten der Veränderung

Am Beginn des Jahres starten wir mit einem Moment des Innehaltens:

Wir nehmen uns Zeit nachzuspüren, wo wir gerade stehen, was sich verändert, was für uns ansteht. Es sind Tage, um sich mit Zeit und Muße dem eigenen Lebensweg, den eigenen Gedanken und Wünschen zu widmen.

Wir schauen auf das Jahr, das vor uns liegt und vertiefen die Fragen, was in unserem Leben ansteht, was uns wirklich wichtig ist, was wir verändern und in die Welt bringen wollen.

Schreiben, Elemente der Biografiearbeit und Naturerfahrungen werden das Zwiegespräch fördern. Mediationen und Yoga bilden den Rahmen für diese besondere Form der Auszeit und das Einstimmen auf das vor uns liegende Jahr.

Inhalt | Methoden:

- Lu Jong Yoga am Morgen und Abend
- Mit Methoden des kreativen Schreibens und Elementen der Biografiearbeit Klarheit finden
- Naturerfahrung, Dialoge, kreative Übungen zur Klärung, Ordnung und Visionsentwicklung

Seminarort:

Seminarhaus NORBY GARDEN (www.norby-garden.de)
Möhlbarg 15
25354 Norby/Rieseby

Datum | Uhrzeit

Von Donnerstag, 6. Februar 2025 – 18:00 Uhr (Beginn mit gemeinsamen Abendessen)
bis Sonntag, 9. Februar 2025 – 13:00 Uhr (Abschluss mit gemeinsamen Mittagessen)

Seminarleitung:

Margret Ammann
Syst. Beraterin in Personal- /Organisationsentwicklung, Achtsamkeitstrainerin, Heilpraktikerin
Psychotherapie

Ina Brodersen
Persönlichkeits- und Organisationsentwicklung, Biografisches Coaching, freiberufliche Mediatorin,
(www.fermate-beratung.de)

Alexandra Andersen (Yoga)
Lu Jong Yoga Lehrerin, MBSR-Lehrerin, GfK-Trainerin, empathisches Coaching
(www.alexandra-andersen.de)

Seminarbeitrag:

Seminar: 325,- €
Übernachtung und Verpflegung: 300,- € (Einzelzimmer, Vollpension, Pausengetränke und MwSt)

Kontakt

Anmeldung und nähere Informationen bei:
Ina Brodersen
eMail: brodersen@fermate-beratung.de
Tel: 0152 0170 3086

Verbindliche Anmeldung bitte bis zum 15.12.2024.

Norby Garden

Wenn wir aus dem Alltag
herauskommen und uns auf
Reisen begeben, sehen wir die
Welt mit anderen Augen.
Der Blick wird weit und wir sind
offen für neue Impulse und
Perspektiven.

Norby Garden - ein ganz
besonderer Ort der Ruhe, Weite,
Tiefe und Inspiration...



Treffpunkt für
Gespräche und das
gemeinsame Essen

Individuelle
Einzelzimmer



*Ein Flügel steht
bereit*



*In der Sauna
entspannen*



*Zwischen Ostsee
und Schlei - viel
Strand, Meer,
Weite und frische
Luft*

