

Gastseminar

Mal unter uns...FRAUEN

Termin: Sonntag, 28. Juli 2024 von 10 – 17 Uhr

Kursbeitrag: € 120,- inkl. Verpflegung und Unterlagen zu den angewandten Methoden mit Margit Alexandra Ruzicka



Wie oft bist du, wirklich auch DU?

Tagtäglich diese Anstrengung, das Aufrechterhalten von allem wie es bisher war... Die Spanne zwischen meinem ICH und meinen Rollen im Alltag Hausfrau/Mutter/Beruf/Ehefrau...

Doch wie bringe ich alles unter einen Hut und wer bin ich nun wirklich?

Möchtest du mal loslassen, dir deinen Raum schenken, dich austauschen, Neues ausprobieren, um dir wieder ein Stück näher zu kommen?

Dann sei willkommen, genauso wie du bist.

An diesem Tag schaffen wir gemeinsam den Raum, damit du dir ein Stück näher kommst.

Es erwarten dich Austausch, Inspirationen, Übungen inkl. kulinarische Verwöhnung und musikalische Klänge.

Inhalte

- alles mal rauslassen - mal ablästern, um loszulassen
- meinen Wert finden
- achtsame Kommunikation
- auf sich selbst schauen und achtsam mit sich sein
- Schritt für Schritt, vom Gewohnten zum Neuen
- kulinarische Verwöhnung, musikalische Klänge

Bitte bequem anziehen, eine Decke und einen Handspiegel bzw. Stehspiegel (groß genug, um Gesicht inkl. Dekolleté zu sehen) mitnehmen.

Das Seminar wird bewusst in der Kleingruppe von mindestens 8 bis maximal 10 Teilnehmerinnen abgehalten. Im geschützten Raum ist ausreichend Privatsphäre für dein Wohlbefinden vorhanden.



Margit Alexandra Ruzicka

Lebensberaterin
Paarberaterin und
eingetragene Mediatorin

Kursort: Bildungshaus Villa Rosental
Lindacherstr. 10, 4663 Laakirchen

Anmeldeschluss: 10 Tage zuvor

Anmeldung: Margit A. Ruzicka, 0676 50 39 801
mar@wesentlichleben.at
www.wesentlich-leben.at

**BILDUNGSHAUS
VILLA
ROSENTAL**

Institut Huemer e.U.
Lindacherstraße 10
A-4663 Laakirchen

+43(0)7613 45000
office@instituthuemer.at
www.instituthuemer.at

