

18. bis 22. August 2021 17:00 Uhr - 17:00 Uhr

kulturkloster altdorf



Kommt Dir im „Alltagswahnsinn“ manchmal Deine Kraft und Lebensfreude abhanden? Sehnst Du Dich danach, mal wieder durchzuatmen, aufzutanken, Dich frei zu machen, Dir Raum zu geben und Dich selbst wieder neu zu entdecken? Möchtest Du DEINEN Kurs wieder aufnehmen oder gar neu ausrichten?

Dann mach Dich gemeinsam mit anderen Frauen auf, Deinen ureigensten Weg zu gehen und zu festigen. Lerne bzw. erinnere Dich wieder von innen heraus zu strahlen!

- Verorte Dich: wo stehst Du jetzt, wo willst Du hin?
- Nimm Dich voll und ganz wahr, sei gnadenvoll ehrlich & lasse Dich von Dir berühren
- Entdecke, was „Glück“ ist & was es für Dich persönlich bedeutet
- Werde Dir bewusst, was Dich wirklich nährt
- Stärke Dich, stärke Deine Glückskompetenz & entwickle Deine Glücksroutine
- Mute Dich zu, vertraue Dir & entfalte Deine ganze Größe
- Erlebe & kreierte Sisterhood
- Sammle Kraft & fasse freudig Mut für Deinen weiteren Weg

Unterstützt durch eine wundervolle Umgebung nehmen wir prozess-, praxis- und körperorientiert Deine persönliche Glücksfährte auf. Happiness für Frauen basiert hauptsächlich auf: Praxis der Glücksforschung, positiver Psychologie, Gewaltfreier Kommunikation, Achtsamkeitspraxis und Persönlichkeitsentwicklung.

Voraussetzung zur Teilnahme: Forscherinnen-Freude & Bereitschaft, Neues auszuprobieren

Kursleitung: Farina Simbeck - geboren 1975 in Nürnberg, seit 1998 lebe ich in München und arbeite im gesamten deutschsprachigen Raum als Kommunikationstrainerin, Theaterpädagogin, Hypno- und Happinesscoach, habe zwei Jahrzehnte Erfahrung in der Arbeit mit Menschen allen Alters in Weiterbildungs- & Bildungseinrichtungen sowie mittelständischen und Groß-Unternehmen. Privat tanze und singe ich leidenschaftlich gerne und bin erfahren als alleinerziehende, Pflege- und Patchwork-Mutter.

Verbindung, Weiterentwicklung und Veränderung im Menschen und im Miteinander anzuregen und zu begleiten ist meine Passion! Dafür setze ich mich mit meinem breit gefächerten Methodenschatz voll und ganz ein - spielerisch, humorvoll und mit viel Herzblut.

Kursort: kulturkloster altdorf - www.kulturkloster.ch
ehemaliges Kapuzinerkloster mit wunderschönem Terrassengarten und Blick in die Berge

Kosten: 560.- bis 690.- (nach Selbsteinschätzung) und vier Übernachtungen mit Vollpension:
Einzelzimmer 560.-/ Doppelzimmer 480.-/ Mehrbettzimmer 440.-

Info: www.institutfuerlebensfreude.de info@institutfuerlebensfreude.de