

Happiness für Frauen

Voller Lebensfreude zurück zur eigenen Kraftquelle!

21. bis 25. April 2023 ◦ kulturkloster altdorf (CH)



Kommt Dir im „Alltagswahnsinn“ manchmal Deine Lebensfreude-Kraft abhanden? Sehnt Du Dich danach, mal wieder durchzuatmen, aufzutanken, Dich freizumachen, Dir Raum zu geben, Dich zu spüren 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.

Das war
lebensverändernd!
(Karin, 36)

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

Kursleitung: Farina Simbeck – ich wurde 1975 in Nürnberg geboren, 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.

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

Kosten: 560.- bis 790.- CHF (nach Selbsteinschätzung) und vier Übernachtungen mit Vollpension: Einzelzimmer 160.-/ Doppelzimmer 140.-/ Mehrbettzimmer 120.- CHF pro Person/ Nacht

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