

Energetischer Kurzurlaub Thema „Bedürfnisse“

Ich lade dich auf einen energetischen Kurzurlaub ein, an dem ich dich mit meinem vorbereiteten Programm energetisch durch die Zeit begleite.



Neben freier Zeitgestaltungen um Urlaubszeit zu haben, treffen wir uns zu vorgegebenen Zeiten in der Gruppe und machen Übungen, Meditationen, Kleingruppen-Übungen und jeder Teilnehmer ist selbstbestimmt und frei daran teilzunehmen oder nicht.

Im Vordergrund stehst DU als Mensch, mit allem was dich ausmacht.

Der Kurzurlaub steht unter dem Motto „DEINE Bedürfnisse – erkennen, anerkennen & leben“

Wir nehmen uns in vielen Übungen Zeit, um deine Schwachstellen, Blockaden und mögliche belastende Themen rund um die Fragen „was sind Bedürfnisse?“, „was sind meine wirklichen Bedürfnisse und was Ersatzhandlungen?“ und das Anerkennen und Kommunizieren der eigenen Bedürfnisse zu bearbeiten.

Informationen aus einem psychologischen Konzept rund um das Thema Bedürfnisse und Kommunikation sind genau wie eine Menge Selbsterfahrungsübungen ein Schwerpunkt des heurigen Kurzurlaubes im Wonnemonat Mai.

Ich Sorge für eine achtsame Umgebung, in der Erholung, energetisches Arbeiten, Entspannung, Entwicklung und Gespräche möglich sind.

==> Begegnungen mit den anderen Teilnehmern sollen sein, ob und genau so, wie du es stimmig findest und worauf du Lust hast, in gutem Einvernehmen mit den anderen Menschen und mir.

Du bist an diesen Tagen in einem sicheren, behüteten Umfeld, in dem deine Seele in Ruhe deine Selbstheilungskräfte aktiv umsetzt während du ganz bewusst einfach mal Urlaub machst.

Was darfst du von diesem Kurzurlaub erwarten?

- Eine feine Atmosphäre
= basierend auf Schwingungen der Liebe, des Respekts, des Zusammenhalts, des gesunden Menschenverstandes, der Offenheit und vor allem des Wohlwollens und der Wertschätzung.
- Ein energetisch vorbereitetes Feld, in dem du von Freitag bis Sonntag behütet, getragen und geborgen und beschützt bist.
- Energetische Programme, die deine Selbstheilungskräfte stimulieren, befeuern, begleiten und fördern. Wir bearbeiten in verschiedenen Übungen viele Themen, die dich für deinen Alltag, deine Angelegenheiten und Befindlichkeiten bereichern.
- Möglichkeiten bei Meditationen, Ritualen und angeleiteten Übungen Ballast, Verhaltensmuster, Denkmuster, störende Gefühle u.v.m. loszuwerden, einfach und nachhaltig.
- Eine fantastische Landschaft, die zum Schauen, Gehen, Wahrnehmen und Genießen einlädt.
- Feine, chillige, lebendige, freudvolle, bereichernde, musikalische, lustvolle, stille, ruhende, abenteuerliche und heilsame Zeit, in der DU NICHTS musst und ALLES darfst, in Einklang mit deinem Umfeld.



Programm

Freitag 23.05.2025

Ankommen **zwischen 17.00 -18.00 Uhr**

18.15 Uhr – Organisatorisches und gemeinsame Jause

20.00 – 21.30 Uhr – Großgruppe Arbeit mit bereichernden Übungen

Samstag 24.05.2025

08.00 – 9.00 Uhr Frühstück

9.30 -11.00 Uhr – Großgruppen-Arbeit

===) Wer mag, **Mittagessen: 13.30 – 14.30 Uhr**

im Anschluss freie Zeiteinteilung **bis 17.00 Uhr**

17.00 – 17.30 Uhr – eine Live-Meditation

18.15 Uhr gemeinsame Jause

20 – 21.30 Uhr – Großgruppen-Arbeit mit bereichernden Übungen

Im Anschluss Beisammen-Sein mit Übungen, evtl. Lagerfeuer u.v.m.

Sonntag 25.05.2025

8.30 – 9.30 Uhr Frühstück

10.00 – 11.30 Uhr Großgruppen-Arbeit mit bereichernden Übungen

====) Wer mag, **Mittagessen: 12.30 – 13.30 Uhr**

im Anschluss freie Zeiteinteilung **bis 14.30 Uhr**

14.45 – 16.00 Uhr – Großgruppen-Arbeit + Abschluss



Die Welt hat genug für jedermanns Bedürfnisse, aber nicht für jedermanns Gier

(Mahatma Gandhi)

Organisatorisches

Samstag und Sonntag Sorge ich für Mittagessen (wer mitessen mag) = jeweils Nudeln + Pesto und verschiedene selbstgemachte Saucen (auch vegetarisch oder vegan, je nach Bedarf)

Für die Jause und das Frühstück bitte ich ALLE Teilnehmer ein paar Kleinigkeiten mitzubringen, zweimal für Abendessen und zweimal für Frühstück. Soviel - als ob du dich selbst versorgen müsstest. (Brot, Gebäck, Käse, Wurst, Obst, Gemüse, Aufstriche, Kuchen, Salate, Säfte, Knabberei usw.)

Wir teilen dann alle Speisen und Getränke miteinander.

Ich Sorge für Kaffee, Kaffeefilter, Tee, Milch, Butter, Zucker, verschiedene Nudeln + Saucen + Pesto, Kuchen, selbstgemachter Sirup und andere Jausen-Kleinigkeiten

BITTE KEIN: Alkohol, Handys, Laptops, Bücher usw. ! In deiner freien Zeit kannst du natürlich machen was du willst – ich empfehle aber auf digitale Medien zu verzichten.

Kosten Menschen ab 16 Jahre: 310,- Euro für (+ max. 10,- Euro für deine mitgebrachte Jause)

Kosten für Menschen bis 16 Jahre: 150,- Euro

Inkl. Übernachtungskosten, Raummieten, energetische Begleitung, Programm, Mittagessen und Grundnahrungsmittel für Jause (wie beschrieben)

Bitte am Veranstaltungsort in bar bezahlen. Ich stelle gerne vor Ort eine Honorarnote aus.

Veranstaltungsort: Nähe Gschwandt/Gmunden, genauer Treffpunkt wird bei schriftlichen Anmeldung bekanntgegeben.

Zimmer: Stockbetten, 1 x 1 Bett-Zimmer, 1 x 2 Bett-Zimmer, 4-er und 6-er Zimmer, Zimmereinteilung vor Ort, Zimmerreservierungen sind vorab möglich.

Begrenzte Bettenanzahl, die Anmeldungen/Reservierung nehme ich der Reihe der Anmeldungen nach an.

Anmeldung: schriftlich per Mail an: birgit.muellner@feci.at bis spätestens **09.05.2025**

Kostenfreie Abmeldungen bis 16.05.2025.

Bei späterer Abmeldung verrechne ich 50 % der Kosten, sofern sich kein Ersatz findet.

MITZUBRINGEN:

Leintuch, Eigene Bettwäsche oder Schlafsack nach Belieben => Decken, Kopfpolster & Kopfpolsterbezüge sind vorhanden

Schreibunterlagen ! Zeichenunterlagen (wer mag)

Unterlagsmatte, Decke, Polster – für die Meditation und einzelne Übungen

Verpflegung, Jausen-Kleinigkeiten für 2x Jause + 2x Frühstück | Wert bis max. 10,- Euro

Je nach Wetter Outdoor-Kleidung, Schuhe, Decke !?

Ich freue mich auf eine super feine Zeit miteinander !!!! Birgit

***Die Lust zu befriedigen, ist Luxus, den wir uns nur leisten können,
wenn die Bedürfnisse gestillt sind***

(Monika Kühn-Görg)