Du möchtest in Deinen Räumen abschalten, zur Ruhe kommen und und loslassen?

Dann ist dieses Seminar genau das Richtige für Dich

Anfragen gerne bei Herbert Reichl unter h.reichl@planen-und-wohnen.at

WAS IST "ACHTSAM WOHNEN"?

Wohnen ist die Art und Weise des auf der Welt Seins

Jeder Mensch sehnt sich nach Schutz und Geborgenheit. Wo aber, wenn nicht Zuhause, können wir unsere inneren und äußeren Räume in Einklang bringen? Nur so können wir uns wirklich wohl fühlen.

Vom Wohnen zum "Achtsam Wohnen" - die 5 Schlüsselkompetenzen

Wir alle wohnen - aber wohnen wir so, wie es uns gut tut? Mit den 5 Schlüsselkompetenzen des Achtsam Wohnens erreichst Du mühelos die Transformation Deines Wohnens, hin zu einem Wohnen, das Dir wirklich gut tut.

Den inneren Räumen Platz geben

Verzaubernde Farbtöne ... weiche Stoffe fühlen - nicht sehen ... verlockende Düfte ... zarte Klänge ... wahrnehmen, was Dir wirklich gut tut.

Lass Dich zu Deiner inneren Inspirationsquelle führen, um Deine Räume - Dein wohnliches „Innenleben“ - zu verwandeln, so dass Du Dich darin geborgen fühlst. Die äußeren Räume gestalten, um den inneren Räumen Platz zu geben.

Auf diesen 3 Ebenen wirken die Schlüssel zum achtsamen Wohnen

Körper, Gefühle und Emotionen,
Geist und Intellekt
Seele und Spirit

GESTALTE RÄUME FÜR DEINE SEELE!

ACHTSAM WOHNEN - DER WEG ZU DEINEN INNEREN UND ÄUSSEREN RÄUMEN

DAS ERWARTET DICH IM SEMINAR

ACHTSAM FÜR DIE EIGENEN BEDÜRFNISSE WERDEN

- mit Achtsamkeitsübungen kommen wir ins Spüren
- Du erforschst, was Du siehst, hörst, riechst und fühlst
- Wir stellen uns die Fragen, "Wofür brauche ich Raum in meinem Leben?" und
- „Wie können meine Räume mich unterstützen?“
- Du erkennst die Bedürfnisse hinter Deinen Wünschen

RAUMQUALITÄTEN ERKENNEN

- Du spürst nach, wie Deine Räume auf Dich wirken und
- experimentierst, welche Qualitäten Deine Räume für Dich haben sollen, um in Balance zu kommen
- Du lässt Dich von Farben, Licht und Materialien inspirieren

ACHTSAM ZUSAMMENLEBEN - PAARE ♥LICH WILLKOMMEN!

- Du nimmst auch die Bedürfnisse im Zusammenleben wahr
- Ihr werdet die gemeinsame Wohnung zusammen achtsam gestalten können
- Ihr entdeckt was jede/r für sich braucht und was Euch als Paar wichtig ist

RÄUME ACHTSAM GESTALTEN

- Wir entdecken gemeinsam verschiedene Gestaltungselemente
- Du wirst Deinen eigenen Lieblingsplatz entwerfen

Das Seminar lockern wir durch viele Übungen auf.
Lachen, Spaß und gemeinsames Erleben fördern die entspannte Atmosphäre in der Gruppe.

GESTALTE RÄUME FÜR DEINE SEELE!

Dieses Seminar ist für Dich perfekt, wenn ....

- Du Deine Räume nach deinen Bedürfnissen authentisch gestalten willst
- Du an diese Aufgabe mit Achtsamkeit und ohne Leistungsdruck herangehen willst.
- Du die Gestaltung Deiner Räume als Entdeckungsreise siehst, die eine gewisse Zeit braucht

und bringt Dir besonders viel, wenn ....

- Du dabei bist, ein Haus zu bauen oder zu kaufen
- Du vorhast , Dir eine neue Wohnung zu mieten oder zu kaufen
- Du Dein Zuhause umgestalten oder gar umbauen willst

GESTALTE RÄUME
FÜR DEINE SEELE

Wann: 10.-12.Juni 2022

Wo: Bio Hotel Schiessentobel, Seeham, www.schiessentobel.at

Kosten: € 810.- für Einzelpersonen und € 1.500.- für Paare
all inclusive (Seminar, Unterkunft / Vollverpflegung mit Bio-Produkten, kostenlose Spa Benützung, an einem der schönsten Plätze Österreichs...)
sowie Seminarunterlagen zur praktischen Anwendung

Info und Anmeldung hier

an unserem fundierten Wissen
aus langjähriger Praxis und Erfahrung

Interessiert?

Wir freuen uns auf Dich!

Christine Haselsberger

Achtsam, wertschätzend und kreativ übersetze ich die Bedürfnisse meiner Kunden in ihren ganz persönlichen Wohnstil.

www.raum-mode.at
"Die Raumkünstlerin"

Herbert Reichl

Mein Herzensanliegen ist es, Menschen die Wirkung von Räumen bewusst zu machen.

www.planen-und-wohnen.at

ACHTSAM WOHNEN -
DER EIGENEN WIRKLICHKEIT RAUM GEBEN