

FÜR DICH!

Du bist eine bindungs- und bedürfnisorientierte Mutter und möchtest Deine Kinder auf Augenhöhe achtsam und wertschätzend begleiten. Du weißt bereits so einiges zum Thema und hast dennoch immer wieder das Gefühl, einfach nicht das Leben zu können, was Dein Verstand, die vielen Experten oder anderen Menschen Dir liebevoll raten wollen.

Dann haben wir mit diesem Wochenende im Juni 2020 genau das passende für Dich und Deinen persönlichen MamaWeg!!!

Anstatt nach Lösungen an der Oberfläche zu suchen, tauchen wir gemeinsam in die Tiefe ein, um dort Deine Batterien im Kern aufzuladen. Denn, für eine entspannte und gelassene Mutterschaft brauchst vor allem eine gute Verbindung zu Dir SELBST. In den Momenten, wo im Außen alles im Chaos zu versinken scheint, wirst Du zu Deinem eigenen sicheren und entspannten Hafen!

Um Deine Beziehung zu Deinen Kindern freudvoll zu genießen, darfst Du erkennen, dass es im Grunde "einfach" darum geht, Dich SELBST in Gegenwart Deiner Kinder zu entspannen. Genau hierfür schaffen wir in diesem Mama-Retreat den gemeinsamen Raum. Du wirst Dich ganzheitlich SELBST erfahren und Dich an Deiner eigenen Tiefe im VerbundenSein mit einer Gemeinschaft von Mamas auftanken. Das Erfahrene und Erlebte kannst Du dann als neuen Nährboden in die nächste WegEtappe mit Deiner Familie nehmen.

Wir erleben ein ZusammenSEIN im JETZT, das einen Rahmen hat, jedoch kein Ziel verfolgt. Es ist eher ein gemeinsamer TANZ mit dem Leben, der zum entspannten DaSEIN einlädt, als ein Seminar bei dem es neues Wissen zu erlangen oder zu verstehen gibt.



JULIA!
41 JAHRE AUS WEILHEIM

Julia Stoch ist Mama von 2 Kindern (5 & 6 Jahre), Ganzheitliche Dipl. Psychologin, familylab-Seminarleiterin, Kleinkindpädagogin, Coach in der "Kunst des Zuhörens" und Entspannungspädagogin. Ihre Leidenschaft ist Ihr eigener Tanz hin zu sich SELBST! Nach 8 Jahren in der Wirtschaft und 8 Jahren bei einem Kita-Träger, begleitet sie heute in München, Starnberg & Weilheim Kinder, Eltern und Fachkräfte auf Ihrem bindungs- und beziehungsorientierten Familien- und KitaWeg. Mehr zu Ihrer Person findest Du unter www.lebensraumfamilie.de



ANDREA!
39 JAHRE AUS MÜNCHEN

Andrea Lackus ist Mama einer Tochter (2 Jahre), Designerin, Yoga-Guide (Yin Yoga, Khalsa Way Pränatal Yoga, Postnatal Yoga), und trägt eine intuitive Verbundenheit zur Pflanzenwelt in sich. Andrea gestaltet Retreats und Workshops, in denen sich Selbstfürsorge, Achtsamkeit, Kreativität, und die Arbeit mit Pflanzen zu einem besonderen Erlebnis verbinden. Mehr zu Ihrer Person findest Du unter www.yourheartspace.de

Details, Rückfragen & Anmeldung:
julia.stoch@lebensraumfamilie.de

0049 - 157 - 37639676

Veranstalter

Julia Stoch - Ganzheitliche Dipl. Psychologin
Sportplatzweg 3 - 82362 Weilheim



DEIN Mama- Retreat

19. - 21. JUNI 2020
SEMINARHAUS AM KÖNIGSEE

www.lebensraumfamilie.de

KÖRPER

DEINEM KÖRPER IN GEGENWART DER NATUR BEGEGNEN

- Barfuß wandern
- frische Luft atmen
- Yogasessions
- Eigenes Badesalz herstellen - für Badezeremonie zu Hause



GEIST

DEINE GEDANKEN BEOBACHTEN UND ANNEHMEN

- Praxis der verbundenen Achtsamkeit
- Bewertungsfreies Sprechen und Zuhören



EMOTIONEN

DEINE EMOTIONEN DASEIN LASSEN OHNE ZU BEWERTEN

- Freies Tanzen
- Fühlen, Spüren, DaSEIN
- Deiner inneren mitfühlenden Stimme begegnen



BEZIEHUNGEN

AUTHENTISCH MIT ANDEREN IN VERBINDUNG SEIN

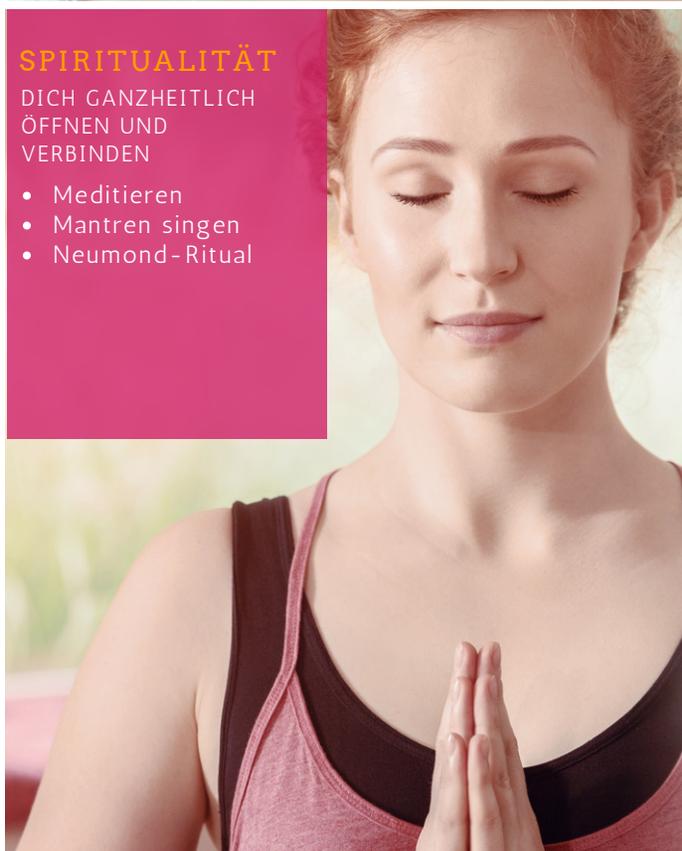
- Austauschrunden zu Deinen Alltagsthemen
- Freiräume für Begegnungen
- Gemeinsame Mahlzeiten



SPIRITUALITÄT

DICH GANZHEITLICH ÖFFNEN UND VERBINDEN

- Meditieren
- Mantren singen
- Neumond-Ritual



DEIN PREIS*

*inkl.vegan/vegetarischer Vollverpflegung

280€ im **5-Bett-Zimmer** - bei Anmeldung mit 4 Freundinnen (Preis pro Person)

300€ im **3-Bett-Zimmer** - bei Anmeldung mit 2 Freundinnen (Preis pro Person)

325€ im **2-Bett-Zimmer** - bei Anmeldung mit einer Freundin (Preis pro Person)

350€ exklusiv für Dich im **Einzelzimmer**

▶ Die Teilnehmerzahl ist auf max. 15 begrenzt. Bei **Anmeldung bis 15.01.2020** gewähre ich **5% Rabatt**.

DER ORT

Seminarhaus am Königssee
Grabenweg 24
83471 Schönau am Königssee

DER ZEITRAHMEN

Start: Freitag, 19.06.2020 17.00 Uhr
Ende: Sonntag, 21.06.2020 15.00 Uhr