

VEREINSVERANSTALTUNG
EHRLICHES MITTEILEN leben – Gemeinnütziger Verein

FLOATING - INTENSIV – RETREAT – 4 TAGE
(ProjektionsAuflösung | GlaubenssatzTransformation)
Jeder erhält SEIN eigenen FLOATING-Prozess
In beschützter Umgebung direkt am Wald

FÜR 8 Teilnehmer, Singles, Paare und alle Menschen die (wieder) zueinander finden und in ihre ganze Kraft kommen wollen.

AM – Do bis Sonntag

04.09. **Beginn 15 Uhr** bis 07.09. **ca. 13.30 Uhr** (nach dem gemeinsamen Mittagessen)

ORT Nähe Gotha, ein kraftvoller und magischer Ort, direkt am Wald

PRAXIS

- 8 FLOATING-Runden (JEDER erhält seinen Prozess)
 - berührende Bezugnahme (Level 2) – Wie nehme ich Bezug, dass Streit vermieden wird
 - 2 Übungen für jeden Teilnehmer für tiefgreifende NEUE Erfahrungen: „Grenzen setzen“ PLUS
 - **ergänzend K.I. Übungen** nach Karl Grunick. Sie fördern auf eine leichte und angenehme Art die Prozesse 🥰. **Was ist K.I.?** KörperIntelligenz K.I. nach Karl Grunick
- Die ersten 2 Videos auf [dieser Internetseite](#), fast ganz unten, verdeutlichen was K.I. ist
ES STECKT IN UNS ALLEN

Die Workshopeinheiten findest du auf Seite 3

+ **optional**

- + Klangschalenreise mit therapeutischen Klangschalen
- + Neurogenes Zittern (TRE)
- + leichte therapeutische Yogaübungen

Dinge die du mitnehmen kannst

- Klarheit und ein besseres Verständnis für dich und dein Leben.
- Immer bewusstere Wahrnehmung deiner Gedanken, Gefühle und Bedürfnisse
- Neue berührende Erfahrungen für nährnde | heilende Beziehungen

Was Annette mitbringt

- Sie begegnet dir achtsam, präsent und im Hier und Jetzt.
- Sie ist hoch empathisch.
- Ihre positiven und wirkungsvollen Erfahrungen aus ihrem Leben und aus den vielen bereits gegebenen Retreats.
- über 30 Jahre Erfahrung mit konfliktlösender Kommunikation

Gibt es Voraussetzungen?

Wenn du das Ehrliche Mitteilen noch nicht kennt, bitte ich dich, das Merkblatt für Lokale Gruppen aufmerksam zu studieren und mit dem Inhalt so weit vertraut zu machen, dass du die 3 Satzanfänge sicher kennst.

<https://www.traumaheilung.net/downloads/de/Merkblatt-Lokale-Gruppen-Druckversion.pdf>

Hilfreich ist auch, wenn du zur Einstimmung dieses Video (nochmal) anschaut. Es beschreibt relativ einfach, wie Trauma wirkt und wie wir da rauskommen. Je genauer du die Prozesse verstehst, desto leichter ist es, an diesen Tagen neue reale Erfahrungen zu etablieren. <https://www.youtube.com/watch?v=hG2HXjwE2BI>
sowie folgendes Video <https://www.youtube.com/watch?v=3Oxa-PSfNBc>

VEREINSVERANSTALTUNG
EHRLICHES MITTEILEN leben – Gemeinnütziger Verein

Beiträge 370 € Vereins-Mitglieder / 440 € Nichtmitglied für das Retreat
+ ca. 200 bis ca. 305 € **PRO TEILNEHMER!** Für eig. Zelt/Auto / Unterkunft mit liebevoll zubereitete, vegetarischen Vollverpflegung

Du bist noch unsicher? ein paar Teilnehmer-Rückmeldungen:

- „Es eröffnen sich für mich völlig neue Erlebnisräume“
- „Ich fühle mich jetzt nach einer Woche immer noch leicht und glücklich“
- „Mehr Ruhe und Gelassenheit ist in mir eingekehrt“.

weitere findest Du hier:

<https://tieferblick.net/workshop/>

Wer begleitet Euch:



Annette

Annette

praktiziert und gibt EM mit Leidenschaft seit 2020 weiter. Sie ist Mediatorin und hat über 30 Jahre Erfahrung mit konfliktlösender Kommunikation. Seit 2020 macht sie die Erfahrung, dass Trauma und Kommunikation zusammenwirken. Sie ist Trauma-Therapeutin Floating (nach Gopal) und TRE-Provider. Sie liebt die Harmonie der Natur und die Schnelligkeit beim Tischtennis.

Mehr über Annette

- Ihre Telegramgruppe [ehrliches-mitteilen-leben](#)
- NEU: im [Videokanal](#)
- Telegram Benutzername: [@EM_leben](#)

Anmeldung über: <https://tieferblick.net/workshop/> oder verein@ehrliches-mitteilen-leben.net oder über Telegram [@EM_leben](#)

Nähere Details zum Ort

Zentrum des Kraftplatzes ist eine Denkmalschutzte Villa. Die Villa strahlt in jedem Winkel Sinn aus und ist mit der Umgebung und dem Wald auf besondere Weise verbunden. An und in der Villa gibt es verschiedene energetisch beschützende Elemente und Plätze. Die Individualität des Ortes nimmt jeden auf und lädt ein, DU zu SEIN.

Ablauf – siehe folgende Seite!

Orientierung für den Ablauf

Der folgende Ablauf ist eine Orientierung und kann nach Bedarf variieren.
Die K.I. Übungen sind in der einen oder anderen Workshopeinheit enthalten. Wir sind eine feste Gruppe. Du bist eingeladen in diesem sicheren Rahmen alles in Kontakt zu bringen, deine Projektionen und Glaubenssätze zu überprüfen, so wie es sich für dich richtig anfühlt. Das ist in den Workshopeinheiten möglich (im Rahmen der ehrlichen Mitteilungen) und in den Pausen untereinander. Du entscheidest selber wie tief du gehen magst. Alles in dir ist willkommen.

Donnerstag ab 10:30 h Anreise - 13:45 h: Kaffee und etwas Süßes

15.00 h: Workshop-Einheit – Ankommen, Organisatorisches, 2 wirkungsvolle Abgrenzungs-Übungen für jeden Teilnehmer (spüre deine Kraft und Lebendigkeit)

ca. 18.30: Abendessen

opt.20 Uhr Klangschalenreise mit therapeutischen Klangschalen

Freitag 8:00: Ehrliches Mitteilen optional

8.45: Frühstück

10.00: Workshop-Einheit – ggf. Ehrliche Mitteilungen, 2 FLOATING-Runden

12.30: Mittagessen

opt. 15:10 Uhr leichte Yogaübungen

16.00: Workshop-Einheit – berührende Bezugnahme (Level 2) – Wie nehme ich Bezug, das Streit vermieden wird

18.30: Abendessen

opt. 19.30 Uhr TRE

Samstag 8:00: Ehrliches Mitteilen optional

8.45: Frühstück

10.00: Workshop-Einheit: ggf. Ehrliche Mitteilungen, 2 Floating-Runden

12:30: Mittagessen

opt. 15:10 Uhr leichte Yogaübungen

16.00: Workshop-Einheit: 2 – 3 Floating-Runden

18.30: Abendessen

20 UHR evtl. Sauna möglich (+50 EUR) Dieser Betrag teilt sich durch die Teilnehmer, welche die Sauna nutzen.

Sonntag 8:00: Ehrliches Mitteilen optional

8.45: Frühstück

10.00: Workshop-Einheit, Abschluss: ggf. Ehrliche Mitteilungen, evtl. 1 Floating-Runde oder Vertiefende Übungen, EM und Integration im Alltag,

12:30: gemeinsames besonderes leckeres Abschluss-Mittagessen