

Land der Stille



- Zu neuer Kraft und eigenem Rhythmus finden
in der Stille der Natur Norwegens-

ein Workshop für Menschen, die Abstand vom Alltag suchen und
Erschöpfung vorbeugen wollen

21.08.-28.08.2010



"Die Stille ernährt, der Lärm verbraucht"

-Reinhold Schneider-

Tagtäglich sind wir von Lärm und Geräuschen umgeben, oft nehmen wir die "Beschallung" gar nicht mehr wahr. Die Abwesenheit von Stille hat Auswirkungen auf Körper, Geist und Seele. Reizbarkeit und Schlafstörungen schleichen sich ein und nehmen uns Lebensfreude und Belastbarkeit.

In diesem Workshop im kleinen Ferienort Drag an der malerischen Westküste Norwegens unweit vom Hafentort Rörvik lernen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer die Bedeutung der Stille und der Kraft der Natur kennen und erfahren, wie sie diese in ihren Alltag integrieren können. Referate, lebendiger Austausch untereinander und praktische Übungen ermöglichen ein ganzheitliches und nachhaltiges Erlebnis.

Inhalte des Workshops (5 Tage à 3 Stunden):

- Die Kraft der Stille und der Natur
- Wissenswertes über die Natur Norwegens,
- Die Bedeutung der Stille in unserer Zeit
- Den aktuellen Lebensrhythmus beleuchten
- Oasen der Stille im eigenen Alltag schaffen
- Natur und Stille als Lebensquelle

Leitung: Dr. med. Dagmar Wemmer



Ärztin für Allgemeinmedizin, Naturheilkunde und Psychotherapie

jahrelange Erfahrung in Gruppenleitung und Meditation
u.a. in freier Praxis tätig

Termin 2010: 21.08. - 28.08. 2010

Anmeldung: D. Wemmer: dagslys@web.de, Tel.: +41/(0)71/9830905
und über das Kontaktformular: **www.phytopraxis.ch**
sowie den Unterkunftsanbieter H.P. Kleensang:
Tel. +49/(0)4194/8134

Die unterschiedlichen Anreisemöglichkeiten und die Unterkünfte sowie der Ferienort sind unter **www.familienferien-norwegen.de => besondere Angebote** beschrieben. Sehr empfehlenswert ist der Flug nach Trondheim in Kombination mit einer Hurtigruten-Schiffahrt Trondheim-Rörvik. Abholservice ab Rörvik

Kosten: € 495.- pro Person für Übernachtung und Workshop

Anmeldungen bitte bis 20.06. 2010. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.