

# FREIE PLÄTZE!

**Einstieg ab 22. Januar 2022 möglich!**

## Achtsamkeit in der Natur

### 5-teilige Jahres-Fortbildung

Die Fortbildung richtet sich an Achtsamkeit in ihren Alltag Übungen aus der Achtsamkeitspraxis und der der Natur-, Pflanzen- und uns mit allem Lebendigen um Lebendigkeit verbinden.



alle, die mehr Natur und integrieren möchten. Mit Meditations- und Körperwahrnehmung sowie Wildnispädagogik wollen wir uns und unserer eigenen

**Modul 1** – 25.9.2021: **ATEM UND SINNE** - Vom "Altweibersommer" beschenkt

**Modul 2** - 22.1.2022: **KÖRPER UND BEWEGUNG** - Vom Licht geweckt

**Modul 3** – 2.4.2022: **GEFÜHLE UND VERBINDUNG** - Vom Frühling beglückt

**Modul 4** - 11.6.2022: **GEDANKEN UND KLARHEIT** - Vom Sommer erhellt

**Modul 5** - 17. /18.9.2022: **DIE FÄDEN ZUSAMMENFÜHREN** - Vom Jahreskreis erfüllt

**Zeiten:** jeweils 9.30-17 Uhr, Modul 5: 15-15 Uhr

**Ort:** StadtGut Blankenfelde (Modul 1-4), ÖkoLea Straußberg (Modul 5, mit Übernachtung)

**Teilnehmer-Beitrag für Quereinstieg:**

ermäßigt 400,-€, Standard-Preis 435,-€, Unterstützer-Preis 470,-€

**Weitere Infos:**

Wildwärts gUG, [www.wildwaerts.de](http://www.wildwaerts.de), 030-40 57 67 87 (Melanie), [info@wildwaerts.de](mailto:info@wildwaerts.de)

**Dozentinnen:**

Anne Thomas, Pädagogin, Trainerin für Achtsamkeit, [www.hollerzeit.de](http://www.hollerzeit.de)

Bernadette Müller-Elmau, Naturpädagogin, Achtsamkeitscoach, [www.koerper-natur-coaching.de](http://www.koerper-natur-coaching.de)

Melanie Vraux, Biologin, Naturpädagogin, [www.wildwaerts.de](http://www.wildwaerts.de)

