



## **Zeitenwende**

### **Widerstehe dem Druck der Zeit**

**Tagesseminar** am Samstag, **25.01.2025** von 10:00 – 17:30 Uhr

Die Seminarreihe zum Thema „Gefühlserben“ setzt sich fort.  
Wir werden wieder beleuchten, was Gefühlserbschaften sind, welche Belastungen sich als Familienerbe über Generationen hinweg darin verbergen können.  
Das Wissen und die gemeinsame Erkenntnis darüber, mit diesen Themen nicht allein zu sein, kann bereits eine „Zeitenwende“ sein.

Kennt ihr die Geschichte von Momo? Momo ist eine achtsame ZuhörerIn und widersteht dem „Druck der Zeit“, indem sie zufrieden und erfüllt im „Hier und Jetzt“ lebt.  
Den „grauen Männern, die den Menschen ihre Lebenszeit stehlen wollen, passt das gar nicht.“

„Wozu lädt dich das Leben ein?“ wird eine zentrale Frage des Seminars sein.  
Lebst du dein Leben? Oder lebst du lediglich Altes/Vertrautes weiter und bist ein Erwartungs-Erfüller?

#### Seminar-Inhalte:

- Achtsamer Austausch in der Gruppe (max. 12 TeilnehmerInnen)
- „Zeitfresser“ erkennen
- Was ist mein Krisenmuster?
- Eigene Werte
- Heilsam-sanfte Yoga-/Bewegungs-/Atem-Übungen
- Entspannung und meditative Auszeit
- Gemeinsam Gesundes essen

Wir freuen uns, wenn du die Zeitenwende für dich einläuten möchtest und wir dich mit der Kraft der Gemeinschaft dabei unterstützen dürfen.  
Es braucht keinerlei Vorkenntnisse.

#### Veranstaltungsort:

Praxisräume „Kolibri Lebenskraft“

Angela Grotendiek

**Adolf-Heim-Str. 11**

**74321 Bietigheim-Bissingen**

Termin: **Samstag, 25. Januar 2025, 10:00 – 17:30 Uhr**

Seminargebühr: 150,- Euro

Die Tagesverpflegung, Obst, Snacks, Getränke (Wasser, Tee, Kaffee) sind in der Seminarpauschale inkludiert. Das Mittagessen besteht aus hochwertiger vitalstoffreicher Vollwertkost (vegetarisch).

Seminarleitung: Angela Grotendiek und Ulrike Häuser

**Angela** ist Heilpraktikerin für Psychotherapie, Traumatherapeutin, Beziehungs-Coach, Kinder- und Jugendcoach und sieht sich als Therapeutin, Begleiterin und Entdeckerin.

In ihrer Praxis in Bietigheim-Bissingen öffnet sie Räume für heilsame Wege zu ganzheitlicher Gesundheit und emotionaler Balance. Angela ist eine Lernende, die sich am Abenteuer Leben erfreut, dankbar Neues entdeckt und ihre Berufung lebt.

**Ulrike** ist Kundalini Yoga Lehrerin, Gesundheitsberaterin, Fachreferentin und bildet sich zurzeit in Heilmeditation fort. Sie ist Vollwertköstlerin mit Leib und Seele. Ihr Körper und ihr Geist schöpfen aus dieser farbenfrohen Frischkost Kraft und Energie und ihr umfangreiches Wissen dazu, gibt sie in ihren Ernährungsberatungen gerne weiter. Das Leben betrachtet Ulrike heute als bunten Blumenstrauß der Fülle, Vielfalt und Wendepunkte.

**Anmeldung bei:**

**Ulrike Häuser**

E-Mail: [wertvollundkostbar@posteo.de](mailto:wertvollundkostbar@posteo.de)

Mobil: **0157 393 21931**

[www.wertvollundkostbar.de](http://www.wertvollundkostbar.de)



**Angela Grotendiek**

E-Mail: [angela@kolibri-lebenskraft.com](mailto:angela@kolibri-lebenskraft.com)

Mobil: **0152 275 18190**

[www.kolibri-lebenskraft.com](http://www.kolibri-lebenskraft.com)

