

## **3 - Tages Seminar systemische Familienaufstellung Mai oder September 2024 im schönen Appenzell (AR)**



In jeder Familie hat jedes einzelne Mitglied seinen, der für ihn rechtmässig zugesprochenen Platz. Die Eltern sind von Natur aus als die „Alphatiere“ oder „Rudelführer“ gegeben, die auf der einen Seite Liebe, Schutz, Sicherheit und Nahrung bieten und auf der anderen Seite dem Kind mit fürsorglicher Autorität und Orientierung die Grenzen aufzeigen und geben. Die Bindung ist für Kinder und Eltern hierarchisch organisiert. Unterschiedliche Lebensumstände (Scheidung, lange Trennungen, Tod, etc.) können Blockaden innerhalb deiner Bindungsentwicklung auftreten lassen. Das begleitet dich bis in das Erwachsenenalter. Daraus können Krankheiten auf deiner seelischen, psychischen und körperlichen Ebene entstehen.

Diese entgleisten Energien lassen sich wieder an ihren rechtmässigen Platz zurückbegleiten und dürfen nun den Herzschmerz und die daraus entstandenen Körper-Symptome heilen.



Ich freue mich sehr, dich dabei zu unterstützen, deinen Platz in deiner Familie wieder zu finden und somit deinen Platz in deinem Leben. Lass dir diese Möglichkeit des liebevollen Unterstützens deiner Thematiken im Leben nicht entgehen.

Im schönen Urnäsch (Appenzell Ausserrhoden) auf 1000m.ü.M. begleite ich eine Gruppe von maximum 10 *Teilnehmer*, bei der systemischen Familienaufstellung.



In einem sehr gemütlichen, renovierten Appenzeller Haus, mitten im Grünen, kannst du während 3 Tagen, deinem Lebensziel für innere Ruhe und Herzensfrieden näher kommen. Wir erarbeiten gemeinsam in der Gruppe deine Thematiken, stellen sie auf und lassen die Energie der Familienliebe wieder in den richtigen Fluss kommen. Es geht dabei nicht um Anschuldigungen oder Verurteilungen, sondern um das Wiederfinden deines ganz persönlichen inneren Friedens.

Wir werden alle zusammen im Haus übernachten, zusammen essen, reden, diskutieren und lachen. Es gibt für einen jeden von euch genug Rückzugsmöglichkeit im und ums Haus oder in der näheren Umgebung (Wald und kleines Restaurant in 10 min Fussmarsch zu erreichen). Vor Ort werden wir kulinarisch verwöhnt.



## Freu dich auf:

- Begleitete Aufstellung im Hause
- Energetische Arbeit
- Achtsamkeitsübungen
- Diskussionen
- Klärende Gespräche
- Ruhe und Erholung
- Gutes Essen, im gemütlichen Ambiente



## Was nimmst du mit:

- Dem Wetter angepasste, bequeme Kleidung
- Gute Schuhe zum laufen und Hausschuhe
- Schreibmaterial

# Kosten:

**Pro Person**

**CHF 780.-**

(Bei Anmeldung zu begleichen. 2 Ratenzahlung ist möglich)

Dieser Betrag beinhaltet:

- 2 Übernachtungen im Doppelzimmer (evtl. auch in einem 4-er Zimmer)  
**Achtung:** Die Zimmer müssen von zwei Personen belegt werden  
Ein modernes Bad/Du + WC und eine Dusche/WC dürfen geteilt werden.
- Bettwäsche und Frotteewäsche
- Anteil Strom/ Nebenkosten, Kurtaxen und Endreinigung
- 2x Frühstück und 2x Abendessen, sowie 3x Mittagessen, Zwischenverpflegung
- Geführtes Seminar durch Geschenke-Zeit
- Zusätzliche kurze Aufstellung am Sonntag (falls notwendig)

EXKLUSIV:

- Anfahrtskosten; Benzin oder Zugbillet
- Alkoholische Getränke. Darf jeder gerne selbst für sich etwas mitnehmen
- Kosten Apéro Restaurant Osteregg

Anmeldeschluss: Für das Mai Seminar: Ende März Für das September Seminar: Ende Juli

Zahlungsinformationen:

Zürcher Kantonalbank IBAN CH05 0070 0111 8003 8570 5

Konto-Nr. 1118-0385.705

**Die Teilnehmerplätze werden nicht reserviert, sondern nach Eingang der Zahlung vergeben.  
Die Anmeldung ist nach Zahlungseingang verbindlich.**

Bei kurzfristiger Absage (bis zu 14 Tage vor Seminarbeginn) behalte ich mir das Recht vor einen Unkostenbeitrag von CHF 150.- nicht zurückzuerstatten.

Weitere Informationen erhältst du unter der Telefon Nr. 078 600 72 00

**Anmeldung bitte ausfüllen und an Geschenke-Zeit retournieren**

Wochenende vom: Tag \_\_\_\_\_ Monat \_\_\_\_\_ Osteregg 1844, 9107 Urnäsch /AR

Name \_\_\_\_\_ Vorname \_\_\_\_\_

Strasse \_\_\_\_\_ PLZ/Ort \_\_\_\_\_

Geburtsdatum \_\_\_\_\_ Telefon Nr. \_\_\_\_\_

E-Mail-Adresse \_\_\_\_\_ Datum / Unterschrift \_\_\_\_\_

Bitte holt mich am Bahnhof in Urnäsch um ZEIT: \_\_\_\_\_ ab

Mein/e Zimmerpartner/in (falls bekannt)

Ich esse: nur vegetarisch nur vegan Ich bin allergisch auf:

# Programm:

Ankunft im Osteregghaus

Osteregg 1844

9107 Urnäsch

## Freitag um 10.00 Uhr

- Individuelle Anreise. PP beim Haus
- Bezug der Zimmer, gegenseitiges Kennenlernen
- 11.00 Uhr Geführte Achtsamkeitsübung, Einführung syst. Aufstellung
- 12.00 Uhr Gemeinsames Mittagessen
- 13.30 Uhr bis 18.00 Uhr Systemische Familienaufstellung
- ca. 18.00 Uhr Gemeinsames Abendessen
- Offene Gesprächsrunde, evtl. noch eine Aufstellungsarbeit
- 20.00 Uhr Ausklang mit Spaziergang, guten Gesprächen oder einfach das Zusammensein genießen

## Samstag

- 8.00 Uhr Gemeinsames Frühstück
- 9.00 Uhr bis 13.00 Uhr Systemische Aufstellung
- Ca. 13.00 Uhr bis 14.00 Uhr gemeinsames Mittagessen
- 14.00 Uhr bis 17.00 Uhr Systemische Familienaufstellung
- 17.00 Uhr bis 18.00 Uhr Bergrestaurant Osteregg Apéro (auf eigene Kosten)
- Ca 18.00 Uhr Gemeinsames Abendessen
- Offene Gesprächsrunde, evtl. geführte Achtsamkeitsübung
- 20.00 Uhr Ausklang mit Spaziergang, guten Gesprächen oder einfach das Zusammensein genießen

## Sonntag

- 8.00 Uhr Gemeinsames Frühstück
- 9.00 Uhr bis 13.00 Uhr Systemische Aufstellung/ Nacharbeit
- Ca 13.00 Uhr Gemeinsames Mittagessen
- 14.00 Uhr Reflektion der 3 Tage
- 15.00 Uhr Verabschiedung und individuelle Abreise

Herzliche Umarmung

Andrea Blaser, Naturheilpraxis Geschenke-Zeit