

# Prozessbegleitung im Wald mit kreativen Naturerfahrungen, Yoga-Elementen & Achtsamkeit

Sonntag 23. Juni 2024 | 10.00 - 16.00 Uhr  
Könizbergwald, Bern

## SommerErnte

Wie die Natur im Sommer:  
Für dich sorgen, Kraft sammeln  
& deinen Träumen näher kommen

Daniela Luvisutti: [www.fiordaliso.ch](http://www.fiordaliso.ch)

Laurence Zbinden: [www.adnaturam.info](http://www.adnaturam.info)



**Möchtest du dich gut um dich kümmern, um ins innere Gleichgewicht zu kommen? Willst du in deiner Kraft sein & deine Wünsche und Ziele verwirklichen?**

**Schenke dir einen Tag lang Zeit für dich & spüre, wieviel du aus deiner Fülle schöpfen kannst.**

## **Inhalt**

An dieser eintägigen Veranstaltung wirst du in deinen Prozessen begleitet mit allem, was der Wald & die Natur für dich bereit halten. Mit achtsamen Übungen, stärkenden Yoga-Elementen und kreativen Methoden erhältst du Inspiration & gewinnst an Klarheit für dein Wirken.

## **Treffpunkt**

Um 10.00 Uhr an der Haltestelle Hardegg-Vidmar, Bern. Der Weg zur Feuerstelle im Könizbergwald & zurück (15 Min.) ist Teil des Programms. Bei sehr schlechter Witterung wird die Veranstaltung verschoben.

## **Kosten**

CHF 190.- (inkl. Mittagessen, Tee & Snacks zubereitet von Sevi). Wenn sich mit dir zusammen eine weitere Person anmeldet, kriegt sie 50% Rabatt. Bei kleinem Budget mit oder ohne Kulturlegi bitte Kontakt aufnehmen.

## **Info & Anmeldung**

Daniela: kontakt@fiordaliso.ch | 078 732 60 03 oder

Laurence: zbindenla@gmail.com | 079 374 17 51

Anmeldefrist bis 16. Juni 2024

## **Ausblick**

**14. - 15. September 2024 (2-tägig)**

**HerbstRückzug:** Entschleunigen & Loslassen, Ägstershüttli, Gantrisch, mit Übernachtung

