



# Traumfrau

## GUTSCHEIN für den Seminarprozess **TRAUMFRAU**

Wer bist du, wenn du zu deiner eigenen Traumfrau wirst?

In einem tiefen, heilsamen einjährigen Prozess nützt du die Kraft des Frauenkreises, um dieser Frage auf den Grund zu gehen und dabei der Entfaltung deiner Lebendigkeit Raum zu geben. Jenseits von Konkurrenz sind wir füreinander nährende und stützende Weggefährtinnen, die ihre Träume und Ziele formulieren und beherzt ihren weiblichen Weg finden und gehen.

Mittels Meditation, Tanz, Körperarbeit, theoretischen Inputs, Selbstreflexion (im Seminarraum und in der Natur) und Gruppenarbeit werden wir einander nähren und unterstützen, fördern und fordern, um die individuellen Träume wahr werden zu lassen und zu leben.

Der Rahmen für deinen persönlichen Entwicklungsweg setzt sich aus drei Wochenendseminaren und sieben vierstündigen Gruppenabenden zusammen.

Die Gruppenabende unterstützen dich, auftauchende Themen zu bearbeiten, aufzutanken, dir Mut, Inspiration und Kraft zu holen, kurzum: einfach dran zu bleiben mit allem, was du für deinen weiblichen Weg brauchst.

TeilnehmerInnenanzahl: 8 - 12 Frauen

Orte: Landhotel Yspertal bzw. Praxis Tummelplatz 15, 4020 Linz



Mag<sup>a</sup>. Elisabeth Gatt-Iro

Klinische u. Gesundheitspsychologin, Psychotherapeutin, Supervisorin und Coach in freier Praxis, Körperpsychotherapie, Gruppendynamik, Imago-Paartherapie, NARM-Traumatherapie