Wir begleiten euch:

Claudia Graf

*1967, Dipl. Sozialarbeiterin,
Shiatsu-Praktikerin, Biodynamische
Körperpsychotherapie, Wanderführerin,
Begleitung von Frauen in Lebensübergängen
www.claudiagraf.at

Anne Tscharmann

*1961, Dipl. Lebensberaterin, Ritualbegleiterin
an Lebensschwellen (www.ritualnetz.at),
singende Botschafterin für Mutter Erde.
Seminare und Rituale im Kreis des Jahres
und des Lebens, Schwitzhütten, Frauengruppen.
www.maeterra.at, www.ritualsongs.at

ORTE

Zentrum Mae Terra
Oktogon-Seminarraum und großer Waldgarten
direkt an der ungarischen Grenze mit Steinkreis,
Streuobstwiese, Bach, Schwimmbiotop, Schwitzhütte
Zug: 60 min, Wien Meidling - Baumgarten i. Bgld
Auto: 50 min von südlicher Stadtgrenze Wiens

Zentrum Laakea
1120 Wien Aichholzg. 4, www.laakea.at
U4 Meidlinger Hstr., 3 Gehminuten

ANMELDUNG

Bis spätestens 31. August 2024
Der Platz ist fix reserviert mit einer verbindlichen Anmeldung
per E-Mail mit Namen, Adresse und Telefonnummer.

Bei Rücktritt bis 4 Wochen vor dem jeweiligen Termin
werden 15 % Storno verrechnet, danach 30%.
Bei Nichterscheinen oder Absage am Seminartag selbst
ist der ganze Betrag fällig.

Mit der Anmeldung nehmen Sie zur Kenntnis, dass Sie
auf eigene Verantwortung an dem Seminar teilnehmen.
Dieses ist kein Ersatz für eine psychotherapeutische
oder medizinische Behandlung.

Mae Terra - Seminare
A-7022 Schattendorf, Vorstadt 8a
Tel: 02686-3865, office@maeterra.at

Mindestens 8, maximal 13 Teilnehmerinnen

……

Weitere Seminare auf

www.maeterra.at
www.claudiagraf.at

Flyer-Titelbild Anne Tscharmann
nach dem Originalbild - „Kirke“
von Andrea Dechant www.artedea.at

Weiber werden wild & weise

Gemeinsam in den Herbst des Lebens

Oktober bis Dezember 2024

Übergangsräume bewusst gestalten

Wenn die „rote Zeit“ im Leben einer Frau zu Ende geht betritt sie einen großen, neuen Übergangsraum, in dem sie sich nicht nur von ihrer fruchtbaren Zeit verabschiedet, sondern wo neue Herausforderungen, neue Kräfte und auch viele Fragen auf sie warten.

Es ist wertvolles Tun und ein großer Schatz, wenn Frauen sich im Kreis regelmäßig treffen, um in einem geschützten Rahmen unter einfühlsamer Begleitung das Leben zu teilen und den anstehenden Themen und Veränderungen gemeinsam auf die Spur zu kommen.

Die Würde des Alters zurückholen!

Aus naturnahen Kulturen ist bekannt, dass es für Menschen jenseits der Fünfzig eine eigene Position im gesellschaftlichen Gefüge gab und gibt. Sie werden zu “Elders", zu “Ältesten", zu allgemein hoch geschätzten Mitgliedern des Ältestenrates.

Sie sind nicht mehr für die tägliche Arbeit zur Nahrungsbeschaffung, für Verteidigung, für Fortpflanzung oder Hausbau zuständig. Sie sind die weisen, geduldigen RatgeberInnen der Jugendlichen, denen sie beim Erwachsen werden beistehen, sie geben die Mythen und Werte ihrer Tradition weiter, sie tragen die Verantwortung für die Harmonie in der Gemeinschaft und stellen ihren reichen Schatz an Lebens-erfahrung zur Verfügung.

Wir sind eingeladen, diese Würde in unsere Zeit zu übersetzen und diese Position wieder einzunehmen!

Wandel

Mach dich nicht mehr klein
Spüre deine Kraft
Entfalte dich in deiner vollen Größe
Sei dir deiner Schönheit bewusst

Stehe gut verwurzelt
Verbinde dich mit dem Ganzen
Lebe deine Verantwortung
Fühle deinen Körper

Erfreue dich an deiner Lust
Gehe deinen Weg mit Würde
Lass dich hineinwachsen
In das was du im Tiefsten Inneren bist.

C. G.

Fragen, die uns bewegen…

- Welche Frau bin ich geworden?
- Was bewegt mein Herz und meine Seele in dieser großen Wandelzeit?
- Wie geht es mir mit meiner Gesundheit, mit den Veränderungen in meinem Körper?
- Welche Rolle spielt Sexualität in meinem Leben?
- Was sind meine Wurzeln? Welche Rollenmodelle habe ich in meiner Familie, meinem Umfeld?
- Was gilt es in dieser Lebensphase zu verabschieden?
- Wie haben sich meine Beziehungen in Familien, Beruf, Freundschaft verändert?
- Was will noch gelebt werden? Was lockt und ruft mich in dieser Lebensphase?

Im Mittelpunkt stehst du mit deiner aktuellen Lebensbewegung. Das Europäische Lebensrad dient uns als Orientierungssystem. Deine Bedürfnisse in Abstimmung mit der Gruppe werden die Inhalte des Seminars mitgestalten. Der offene Austausch von Erfahrungen im Kreis lässt dich spüren, dass du mit deinen Lebensthemen nicht allein bist.

Meditative und kraftvolle Lieder und Tänze aus unterschiedlichen Kulturen bereichern unser Zusammensein, rituelle Handlungen geben ihm Tiefe.

Organisatorisches

Orte:

- **Zentrum Mae Terra**
  7022 Schattendorf, Vorstadt 8a, www.maeterra.at
- **Zentrum Laakea**
  1120 Wien, Aichholzg. 4, www.laakea.at

Termine:

- **Di 01. Okt 2024,** 18-21.00 in Wien
- **Di 15. Okt 2024,** 18-21.00 in Wien
- **Sa 09. Nov 2023,** 10-18.00 in Schattendorf
- **Di 26. Nov 2024**, 18-21.00 in Wien
- **Sa 14. Dez 2024,** 10-18.00 in Schattendorf

Kosten:

€ 560,- für Seminar, Raum in Wien, Raum/Platz und vegetarische Verpflegung in Schattendorf. Sozialtarif in Rücksprache mit uns!

Anmeldung:

Bis 31. Aug 2024 unter office@maeterra.at
Mindestens 8, maximal 13 Teilnehmerinnen