



Frauenferienpension

»Ein Zimmer für mich«

Ich bin dann mal weg!
Individual- & Pauschalurlaub
Burnout-Prävention
Individuelle Seniorinnenreisen

Im Naturpark Hoher Vogelsberg
Auf dem Vulkan mitten in Hessen



Individuelle Auszeit

Zeit für mich

Abstand vom Alltag, einfach mal weg sein. Zeit für Gedanken, Gefühle, Reflektion. Zum Lesen, Schreiben, für Kreativität, neue Ideen und Inspirationen ...

Willkommen in der Frauenferienpension!

Zeit für uns

(Kurz-)Urlaub mit der Freundin, der Mutter, Schwester/n, Tochter, Schwägerin, langjährigen Nachbarin/nen oder früheren Arbeitskollegin/nen ...

Viele Frauen pflegen ihre Beziehungen und treffen sich „mittig“ in Hessen in der Frauenferienpension.

Frühstück und Halbpension aus der vegetarischen Bio-Vollwertküche, liebevoll zubereitet, frisch gekocht, basenreich. Genießen Sie gemütliche Räume mit Vollholzmöbeln und Korkfußböden in einer umsorgten Atmosphäre.

Wandern Sie ab Haus und zu jeder Jahreszeit durch die erholsame Mittelgebirgslandschaft im Naturpark Hoher Vogelsberg. Atmen Sie die gute Luft, lauschen Sie dem Wildbach und den Vögeln, schöpfen Sie **neue Kraft in der Natur**.

Erweitern Sie die Erholung in der Natur mit individuellen **Wellness-Massagen im Haus:** Rücken-Nacken-Schulter- und Ganzkörper-Massage, Reiki, biodynamische Hand- & Fußmassage, Klangmeditation, Fußreflexzonen-Massage.

Zur Reflektion und Inspiration Ihrer privaten und/oder beruflichen Lebenssituation bietet Claudia Reichenbacher **Wunschgespräche** an.

Urlaub-Spezial:

Für die Gestaltung Ihrer individuellen Auszeit können Sie die Angebote

- **1-Woche-Paket**
- **Kraft-schöpfen-statt-Burnout**

sowie den besonderen Rahmen „**Wunderbar alleine**“ wählen.



Ideen für Ihren Urlaub



- **Spazieren gehen und Wandern** – viele schöne Wanderwege **ab Haus**. Tipps und Tourenvorschläge vor Ort persönlich.
- Angebot für den **Anreisetag:** „Spaziergang zum Ankommen“ und zur Orientierung (1,5 Std.)
- **Begleitete Spaziergänge**, individuelle Wanderführungen und Transfers (z.B. in die VulkanTherme) vor Ort zubuchbar.
- **Massagen im Haus** – Auswahl siehe links!
- **Im Ort:** Kurpark, Kneippbecken, Freibad, Teufelsmühle, Reitangebote, schöner Radweg und Yoga-Praxis. Kunsttherapie in Crainfeld (6 km)
- **VulkanTherme mit Sauna** in Herbstein (8 km)
- **Stadtbummel** in den Fachwerkstädten Lauterbach und Alsfeld – immer beliebt!
- Das **vielseitige kulturelle Angebot** der Region liegt im Haus für Sie bereit, z.B.: Lauterbacher Pfingstmusiktage, Nieder-Mooser Konzertsommer
- Die Barockstadt **Fulda**, die **Bad Hersfelder Festspiele** und die **Keltenwelt am Glauberg** sind Tipps für Tagesausflüge.

Anreise:

Die Frauenferienpension liegt 80 km nördlich von Frankfurt/Main, zwischen Gießen und Fulda, und ist aus allen Himmelsrichtungen gut zu erreichen – **auch mit öffentlichen Verkehrsmitteln:** Zielbahnhof ist „Lauterbach Hessen Nord“, dann weiter mit dem Bus bis Ausstiegshaltestelle „Hochwaldhausen“ (35 min). Jetzt noch ein paar Schritte zu Fuß ... **Willkommen!**

Abholung auf Wunsch möglich:

Vom ICE-Bahnhof in Fulda: € 35,-
Vom Bahnhof in Lauterbach: € 20,-

Paket: „Eine Woche Zeit für mich“

Die beschauliche Region Vogelsberg und die gemütliche Frauenferienpension heißen Sie herzlich willkommen zu einer 1-wöchigen Auszeit:

- 7 Übernachtungen mit Halbpension + Lunchpakete
- Zimmer mit Balkon
- Geführter Spaziergang zum Ankommen
- 2 Massagen à 60 min. (nach Wahl)
- 1 Massage oder Wunschgespräch 90 min
- 1 Eintritt VulkanTherme mit Sauna

Preis: € 880,- EZ

Auch als Wunderbar-Alleine-Zeit buchbar.

Auch als 3-5-tägiges Paket buchbar! Bitte Angebot erfragen.

Wunsch-Gespräche

Ein Urlaub ist eine gute Möglichkeit für eine Reflektion: Wo stehe ich, wo will ich hin, wie geht es mir eigentlich?! Manchmal kreisen die Gedanken immer wieder um die gleiche Frage, das gleiche Thema und es entsteht der Wunsch nach einem Gespräch für **mehr Klarheit**. Sie können einen Termin für ein „Wunsch-Gespräch“ mit Claudia Reichenbacher vereinbaren. Alle Fragen rund um das Thema „Existenzgründung – Berufliche Selbstständigkeit“ sind gerne auch möglich.



Claudia Reichenbacher:

- Dipl.-Sozialarbeiterin/-pädagogin
- musikalische, tanztherapeutische und klangpädagogische Weiterbildungen
- Gründung und Führung des Unternehmens Frauenferienpension seit Mai 2000
- Freiberufliche Tätigkeiten als Seminarleiterin, Kultur- und Projektmanagemet, Musik-/Klangpädagogin, Begleiterin von Senior:innen und Menschen mit Assistenzbedarf



Was tut mir gut? Was brauche ICH?

„Mir ist alles zuviel!“
„Ich bin ständig für andere da, aber nie für mich!“
„Ich kann mich nicht gut abgrenzen.“

Haben Sie das vielleicht auch schon mal gesagt? Diese Worte zeigen, dass Sie sehr erschöpft sind. Die Erschöpfung nicht immer wieder beiseite zu schieben, sondern sich **ernsthaft** zu fragen „Was tut mir gut?, Was brauche ich?, Wie kann ich neue Kraft schöpfen?“ ist ein wichtiger Schritt zur Stärkung der Gesundheit und zur Vorbeugung von Burnout.

Dieses Angebot lädt Sie ein zum **Innehalten, Auftanken und Reflektion** Ihrer persönlichen Situation, zum Kraft schöpfen auf verschiedenen Ebenen:

Beim „Spaziergang zum Ankommen“ atmen Sie gute Luft, hören den Wildbach rauschen und lernen Übungen zur „Wahrnehmung mit allen Sinnen“ und zum „Runterkommen/Erden“ kennen. Zwei wohltuende Massagen (1 x 60 min und 1 x 90 min) können Sie sich auswählen: Ganzkörpermassage, Rücken-Nacken-Massage, Reiki, Biodynamische Hand- und Fußmassage oder Fußreflexzonen-Massage. Im Thermalbad in Herbstein genießen Sie die besondere Qualität des Vulkan-Heilwassers. Sie werden zum Bad hingefahren und wieder abgeholt. Ein Gespräch (60 min.) zum Thema „Was tut mir gut, was sind meine persönlichen Kraftquellen?“ reflektiert die eigene Lebenssituation und Sie erhalten neue Impulse, wie Sie trotz hoher Anforderungen im Alltag gut für sich sorgen und sich besser abgrenzen können.

4 Übernachtungen, Halbpension, 1 Spaziergang / Wahrnehmungsübungen, 2 Massagen + 1 Gespräch, 1x VulkanTherme mit Transfer

Preis: € 590,- EZ mit Balkon

Auch als Wunderbar-Alleine-Zeit buchbar.

Sie brauchen mehr?! Verlängerung des Aufenthaltes, mehr Massagen, auch Vollpension möglich.



Urlaub für Seniorinnen

Sie sind **+/- 70 oder 80 Jahre** alt und möchten – alleine oder mit einer Freundin – in Urlaub fahren? Gerne unterstütze ich Ihre Planungen mit folgenden Angeboten:

Abholservice:

bis ca. 100 km ab Zuhause, ab Bhf. Fulda, ab Bhf. Lauterbach.

Urlaubsbegleitung:

- Kleine Hilfestellungen (z.B. bei Ankleide)
- Begleitete Spaziergänge
- Transfers – z.B. zur VulkanTherme
- Ausflugsbegleitung, Wunschprogramm



Urlaub – auch mit Demenz

Zusammen mit der Tochter, der Nichte oder einer Freundin „eine kleine Reise tun“: Aus dem Alltag raus kommen, Spaziergänge in der Natur, dem rauschenden Bach lauschen und gute Luft atmen, das tut gut und entspannt – auch bei einer Demenz.

Mit meiner langjährigen Erfahrung in der Begleitung von Menschen mit Hilfebedarf und Demenz unterstütze ich gerne Ihre Planungen und begleite den Aufenthalt in meinem Haus. Vielleicht wünschen Sie sich im Urlaub etwas Programm oder Betreuung? Gerne biete ich Spiele und Gedächtnistraining an, Singen und andere Aktivitäten nach Ihren Interessen.

Inklusion

Für alle Altersgruppen:

Bei Wünschen nach **Hilfestellungen** und **Assistenz** sprechen Sie mich bitte an.

Mein Haus ist barrierearm, hat einen schönen Garten und einen überschaubaren Rahmen. Mit wenigen Schritten sind Sie in der wohltuenden Natur, die Wege haben wenig Steigung und der Kurpark ist ganz nah.

Für einen schönen und entspannten Urlaub unterstütze ich Sie gerne mit **Programm** und **Begleitung**.

Eine besondere Auszeit

ALLEINE SEIN ist eine große Quelle von Kraft und Regeneration. Genauso wie der Wunsch nach „Gemeinsamkeit/Geselligkeit“ (dazu siehe Urlaubsprogramme) ist der Wunsch nach „Rückzug/Alleine Sein“ berechtigt und will gelebt werden. Gerade in unserer schnelllebigen reizüberfluteten Zeit wird es immer wichtiger oder sogar notwendig, mal ganz seine Ruhe haben und für sich zu sein.

Das kleine gemütliche Raumangebot der Frauenferienpension bietet hierfür einen geeigneten Rahmen. Hier können Sie gut ALLEINE SEIN ohne sich „einsam und alleine“ zu fühlen, Sie können es genießen und auftanken. Ein Rahmenprogramm (Massage, Transfers, Spaziergänge, Wunschgespräche) kann individuell dazu gebucht werden.

Die Frauenferienpension „Wunderbar alleine“ zu buchen heißt: Das Zimmer Nr. 1 (mit Balkon) wird von Ihnen belegt und die anderen 2 Zimmer werden nicht vermietet. Der „Wunderbar alleine“-Zuschlag beträgt vom **3. Nov. bis 21. Dez. und 12. Jan. bis 15. März** nur 15,- € pro Nacht zum regulären Preis. Dieses Angebot kann auch zu anderen Zeiten angefragt werden, der Zuschlag variiert entsprechend.



Wunderbar zu zweit

Das Angebot gilt natürlich auch für 2 Frauen! Werden 2 Zimmer belegt, wird im o.g. Zeitraum kein Zuschlag erforderlich, zu anderen Zeiten bitte erfragen.



Und: Bei Buchung mit **3-4 Frauen** habt ihr die Etage für Euch! Zubuchung von 1-2 Zimmern in gegenüberliegender Ferienwohnung möglich.

	pro Nacht	ab 4 Nächte	ab 7 Nächte
Einzelzimmer mit Balkon			
mit Frühstück	€ 69,-	€ 66,-	€ 62,-
mit Halbpension	€ 95,-	€ 92,-	€ 88,-
Doppelzimmer mit Balkon			
mit Frühstück	€ 59,-	€ 56,-	€ 52,-
mit Halbpension	€ 85,-	€ 82,-	€ 78,-
Kleines Einzelzimmer			
mit Frühstück	€ 65,-	€ 62,-	€ 58,-
mit Halbpension	€ 91,-	€ 88,-	€ 84,-

Preise pro Frau/Übernachtung

Zuzüglich € 1,50 Kurtaxe/Übernachtung an die Gemeinde Grebenhain

Räume: 1 Zimmer mit Balkon und 2 kleine Einzelzimmer, Speise-/Aufenthaltsraum, 1 Bad mit Badewanne, WC separat. Naheliegende externe Zimmer mit Dusche/WC zubuchbar.

Halbpension: vegetarisches 4-Gänge-Bio-Vollwertmenü

Kinderermäßigung	bis 1 Jahr	100 %	7-11 Jahre	30 %
	1-6 Jahre	50 %	12-18 Jahre	10 %

Buchen Sie Ihren Urlaub...

... mit Absendung des Anmeldeabschnittes oder per E-Mail

Hiernach erhalten Sie eine Buchungsbestätigung. Die Bezahlung erfolgt bar vor Ort oder vorab als Überweisung. Bitte beachten Sie die nachstehenden Abmeldebedingungen. Diese gelten auch für telefonische Buchungen bzw. per E-mail.

IBAN: DE82 5006 9146 0000 0645 13 • BIC: GENODE51GRC
Volksbank Grebenhain

Abmeldung:

Im Interesse der Kundin wird empfohlen, die Abmeldung schriftlich zu erklären. Dabei sind folgende Ausfallkosten an die Frauenferienpension zu zahlen, bei deren Berechnung die gewöhnlich ersparten Aufwendungen und die gewöhnlich mögliche anderweitige Verwendung der Leistung berücksichtigt ist. Bis 29. Tag vor Urlaubsbeginn 10 % des Preises der gebuchten Zeit, ab 28. bis 15. Tag vor Urlaubsantritt 50 % des Preises, ab 14. bis 7. Tag vor Urlaubsbeginn 70 %, danach 90 % des Preises. Für den Abschluss einer Reisekosten-Rücktrittsversicherung schicken wir gerne die Unterlagen zu.

Vorname, Name

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

Telefon (tagsüber) (abends)

Hiermit buche ich, nach den im Programm 2023 beschriebenen Preisen und Buchungsbedingungen, meinen/unseren Urlaub:

vom bis

mit dem Programm

(Bitte ankreuzen)

- in einem Einzelzimmer/Balkon/Etagendusche
- in einem Doppelzimmer/Balkon/Etagendusche
- in einem Einzelzimmer/Etagendusche
- in einem externen Einzelzimmer/Doppelzimmer
- mit Frühstück mit Halbpension

Ich/wir möchte/n folgende Angebote dazu buchen:

(Bitte ankreuzen)

- Teil-/Ganzkörper-Massage (60 min/€ 65,-)
- Biodynamische Hand- und Fußmassage (60 min/€ 60,-)
- Fußreflexzonen-Massage (60 min/€ 60,-)
- Reiki (60 min/€ 55,-)
- Wunschgespräch
 - 60 min/€ 60,-
 - 90 min/€ 85,-
- Individuelle Arrangements mit
 - Yoga
 - Kunsttherapie
- Spaziergang zum Ankommen (90 min/€ 20,-)

Anreise (Bitte ankreuzen)

- Ich komme mit dem Zug und bitte um einen Abholservice
 - von Lauterbach
 - von Fulda

Datum, Unterschrift



- **Ideal für Frauen**, die in ihrem Urlaub Zeit für sich haben möchten und auch etwas zusammen mit anderen unternehmen wollen.

- Gruppengröße: **2 - 4 Frauen** aller Altersgruppen.

- **Empfehlung:** Verlängern Sie die Termine mit individuellen Urlaubstagen. Jeder Tag mehr bringt **mehr Entspannung**.

- Die Programme sind auch für einzelne oder zu zweit zu **individuellen Terminen** buchbar. Bitte fragen Sie an, gerne auch Variationen und eigene Wünsche.

07.03. – 10.03.2023
Weltfrauentag(e)
10.04. – 13.04.2023
Ostern nachspüren



**Frühlings-
Wanderungen**

Der Frühling lockt im frühen März und in der Woche nach Ostern hinaus in die Natur: Es sprießt, es zwitschert, es rauscht. Kommen Sie mit zu unseren inspirierenden Wanderungen und atmen Sie frische Frühlingsluft. Und genießen Sie am 8. März, dem internationalen Frauentag, ein Glas Sekt und eine schöne wohltuende Massage. Im April gibt's das natürlich auch! Am nächsten Tag eine weitere schöne Tour: Vulkanfelsen und Wildbach spüren, Wald riechen, Frühling schnuppern – Auftanken, Kraft schöpfen, zur Ruhe kommen.

2x ca. 3-Std. Wandern, Kaffee & Kuchen & Spaziergang am Anreisetag, 1 Massage 30 min, Halbpension & Lunchpakete

Preis: € 390,- EZ mit Balkon / Etagedusche
€ 370,- EZ mit Etagedusche
externe Zimmer mit Bad zubuchbar

12.05. – 14.05.2023
hören, fühlen, tönen

Geerdet im Klang

Entspannende, wohltuende Klangreisen in der Natur: Unsere Spaziergänge führen zum Wildbach und zu besonderen Plätzen. Mit allen Sinnen lauschen wir den Klängen in der Natur, dem Wasser, den Vögeln ... und verschiedenen Instrumenten, Klangschalen, Gong, Flöte, Sansula, ... dazu die Töne unserer Stimme. Wir spüren uns selbst, sind verbunden mit der Natur und im Klang. Eine Klangmeditation im Garten der Frauenferienpension lädt zu weiterer Entspannung ein.

Natur & Klang ca. 5-Std., Kaffee & Kuchen & Sinnesspaziergang am Anreisetag, Halbpension & Lunchpakete

Preis: € 320,- EZ mit Balkon / Etagedusche
€ 310,- EZ mit Etagedusche
externe Zimmer mit Bad zubuchbar



30.05. – 03.06.2023
Après-Pfingst-Inspirationen

Schreiben in der Natur

Kreatives Schreiben tut der Seele gut und bietet einen wohltuenden Urlaubsrahmen. Wir wandern am Schwarzbach entlang, sitzen im weichen Moos auf den Vulkanfelsen und spüren mit allen Sinnen die Natur: Was hören, sehen, fühlen und riechen wir? Was spricht uns an? Welche Gedanken, Wörter, Eingebungen kommen? Wir lassen uns von der Natur inspirieren und unserer Kreativität ihren Lauf.

Auch der Garten der Frauenferienpension lädt mit schönen Plätzen zum Verweilen und Schreiben ein. Und wenn das Wetter nicht so schön ist, setzen wir uns ins kreative Gartenhaus! Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Schreibspiele, Übungen zum Erden und zur Sinnes-Wahrnehmung öffnen den Zugang zu unserer Kreativität.

3x ca. 3-Std. Wandern+Schreiben, Spaziergang + Einführung Schreiben, Kaffee & Kuchen am Anreisetag, Halbpension & Lunchpakete

Preis: € 540,- EZ mit Balkon / Etagedusche
€ 520,- EZ mit Etagedusche
externe Zimmer mit Dusche/WC zubuchbar

1. Mai 2023

**23 Jahre
Frauenferienpension**



Frauenferienpension

Inh. Claudia Reichenbacher
Jean-Berlit-Straße 9
36355 Grebenhain-Hochwaldhausen

Telefon 06643/91 09 91
Mobil 0160 9779 1716

info@frauenferienpension.de
www.frauenferienpension.de

„Der Uhu ruft II“

Mit Spaziergang zum Geotop „Uhu Klippen“

8. Juli 2023 **Kreative Schreibwerkstatt:
Alte Sage neu erzählt**

9. Juli 2023 **Klangkonzert**

Ein regionales Kulturprojekt in Kooperation mit dem Verein „Gelebte Inklusion“

Information & Anmeldung:
info@frauenferienpension.de
Tel. 06643 / 91 09 91





22.06. – 25.06.2023 Pilgern am Sommeranfang

Kommen Sie mit auf den Bonifatius Pilgerweg zu unseren Sommeranfangs-Wanderungen: Wir laufen mit leichtem Gepäck ab Haus zwei schöne abwechslungsreiche Touren (ca. 4 St.). Die eine führt durch Wald und entlang des Wildbachs zur Herchenhainer Höhe, die andere durchs offene Land mit vielen weiten Sommerausblicken – genießen Sie zwei der schönsten Strecken des Pilgerweges! Rückfahrt jeweils mit dem Bus.

2x Pilgertouren, Kaffee & Kuchen & Spaziergang am Anreisetag, Halbpension & Lunchpakete

Preis: € 360,- EZ mit Balkon / Etagedusche
€ 345,- EZ mit Etagedusche
externe Zimmer mit Dusche/WC zubuchbar

26.06. – 30.06.2023 Mein Tinnitus und ich: Spurensuche

Diese Tage laden zu neuen Impulsen im Umgang mit Tinnitus ein. Übungen zum Erden, Körper- und Kieferlockerung, sich selbst spüren, Spannungen loslassen. Viel Bewegung, viel draußen sein und mit allen Sinnen die Spur zu den Ohrgeräuschen aufnehmen. Zur Ruhe kommen. Keine Vorträge, sondern Austausch, Tun und „Forschen“ – gemeinsam und jede für sich.

Dazu eine Massage (nach Wahl), ein Ausflug ins Badebiotop Ulrichstein, eine Klangreise und Anregungen zur Integration der „Erkenntnisse“ in den Alltag. Leitung und weitere Informationen gerne bei Claudia Reichenbacher.

3x 4-Std. inhaltliches Programm/Bewegung/Entspannung, Massage 60 min, Spaziergang, Kaffee & Kuchen am Anreisetag, Halbpension & Lunchpakete

Preis: € 650,- EZ mit Balkon / Etagedusche
€ 630,- EZ mit Etagedusche
externe Zimmer mit Dusche/WC zubuchbar

Empfehlung: Die „Sommeranfangs-Wanderungen“ sind eine gute Einstimmung und Vorbereitung.

15.07. – 22.07.2023 Gesundheitswoche – Burnout-Prävention Neue Lebensimpulse

Wandern – Yoga – Achtsamkeit

Wanderungen durch die schöne Natur, unsere Sinne und die Elemente spüren, Yoga-Einheiten, eine schöne Massage und Achtsamkeitsübungen sind die Schwerpunkte dieser Woche zum Kraft schöpfen und erhalten statt „auszubrennen“ (Burnout). Wir beginnen den Tag mit Bewegung im Garten, genießen die Morgenstimmung und freuen uns auf weitere inspirierende und stärkende Angebote.

Astrid Maria Schäfer: „Es ist von großer Bedeutung, sich selbst wieder vollständig wahrzunehmen. Mit all den vorhandenen Gefühlen. Dazu finden wir wundervolle Atem- (PRANAYAMA) und Körperübungen (ASANAS) aber auch Meditationstechniken im YOGA, die uns zentrieren, in die Ruhe bringen, gleichzeitig Energie und Wohlbefinden schenken.“ www.von-innen-heraus.de

Melanie Zink: „Touch of Shunia (Stille) Massage: Durch die Kraft der sanften Berührung ist es möglich, körperliche Verspannungen und Unwohlsein aufzulösen, so dass Körper und Geist loslassen können. Sie werden sich leicht und tiefenentspannt fühlen.“

Claudia Reichenbacher: „Ich freue mich, dass wir diese schöne anregende Gesundheitswoche auch 2023 wieder gemeinsam durchführen. Die Basis der Regeneration ist die Bewegung in der Natur, die Wahrnehmung mit allen Sinnen, sich erden, die Elemente spüren, Klangreise, Achtsamkeitsübungen und das gute basenreiche Frauenferienpension-Essen!“

3x Wanderungen, 4x Yoga 90 min, 2x Achtsamkeitsübungen, Klangreise, Massage 60 min, Kaffee & Kuchen am Anreisetag, Halbpension & Lunchpakete

Preis: € 920,- EZ mit Balkon / Etagedusche
€ 890,- EZ mit Etagedusche
externe Zimmer mit Dusche/WC zubuchbar



27.08. – 03.09.2023 Kreativ-Woche: Malen, Schreiben, Naturerleben

Farben des Sommers

Unser Kreativ-Urlaub möchte Ihnen Erholung und Inspiration schenken. Kreativ-sein tut gut!

Nach einer Sinne-Elemente-Wanderung und Klangmeditation am 1. Tag wollen wir am 2. Tag den Stimmungen des Sommers mit leuchtenden Aquarellfarben in fließenden Farbverläufen auf dem Papier Ausdruck geben.

Am 3. Tag widmen wir uns auf meditative Weise dem Malen mit Soft-Pastellkreiden, deren Farben durch die Möglichkeit des Verwischens und Weichzeichnens harmonisierend und nährend auf uns wirken können

Am 4. und 5. Tag führen unsere Wege in die Natur, zum Wildbach und den Vulkanfelsen in den Farben des Sommers. Dort lassen wir uns zum kreativen, intuitiven Schreiben inspirieren: ein paar Worte, ein kleiner Text, ein Gedicht? Übungen zum Erden, sich spüren und Schreibspiele machen den Anfang leicht.

Am 6. Tag fassen wir auf kreative Art zusammen, was uns in den zurückliegenden Tagen besonders gut gefallen hat. Daraus entsteht ein „Wochenbuch“, ein einzigartiges kunstvolles Erinnerungsstück, welches nach Abschluss der Woche weit in den Alltag hineinwirken kann.

5x 3 St. Kreativprogramm, Sinne-Elemente-Wanderung, Klangreise, Kaffee & Kuchen & Spaziergang am Anreisetag, Halbpension & Lunchpakete

Preis: € 950,- EZ mit Balkon / Etagedusche
€ 920,- EZ mit Etagedusche
externe Zimmer mit Dusche/WC zubuchbar

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich, nur Lust & Neugierde zum Kreativ-Sein. Das Malen wird angeleitet von Karin Röhe, www.karin-roehe-kunst-und-therapie.de.