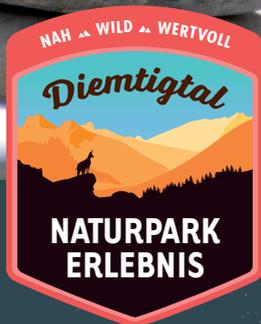


# SEELENSTÄRKER- & MUTMACHER WOCHENENDE FÜR FRAUEN



---

Das eigene Sein genießen, innere Mutmacher finden,  
Seelenstärker-Momente sammeln, dem eigenen Lebensfeuer  
begegnen, nährende Gespräche erleben, auftanken, die Segel  
(neu) setzen – das Leben im Herzen spüren!

# WOCHENENDE für Frauen

**Infos & Anmeldung:**  
[info@elemental-diemtigal.ch](mailto:info@elemental-diemtigal.ch)  
[www.elemental-diemtigal.ch](http://www.elemental-diemtigal.ch)

Wie wäre es, wenn du inmitten der Natur, in einer Gruppe von 8–10 Frauen, wieder einmal ganz bewusst deiner Seele lauschen und sie stärken würdest? Gönn dir diese kostbare Zeit mit dir.

Fr, 16.–So, 18. Sept. 2022 (schweizerdeutsche Version)

Fr, 23.–So, 25. Sept. 2022 (deutsche Version)

**Programm:** Freitag: Individuelles Ankommen ab 15 h, gemeinsamer Einstieg um 16.30 h | Samstag: Outdoor-Tag auf der Alp Flühschwand, Zwischenflüh | Sonntag: Abschluss um ca. 14 h

**Ort:** Naturpark Diemtigal  
(Zäunegg, Oey & Alp Flühschwand, Meniggrund)

**Unterkunft:** Grosse, gemütliche Ferienwohnung, 2er-Zimmer

**Inhalte:** Intuition - Gesundheit & Resilienz - innere Mutmacher - Impulse aus der Natur - Perspektivenwechsel - Selbstfürsorge & Selbstkenntnis - konkrete Umsetzung im Alltag

**Arbeitsweise:** Inputs im Plenum, Austausch in Gruppen und Einzelarbeit unter Einbezug des kraftvollen Erlebnisraumes der Alp Flühschwand und der näheren Umgebung, eigenes Wirken & Tun

**Kosten:** Seminarpauschale, inkl. Übernachtung und Essen Fr. 660.–

**Leitung:** Simone Wampfler  
Impulsgeberin, Dipl. Mental Coach, Lehrerin

**Gastgeberin:** Edith Amacher  
Mutmacherin, Dipl. Mental Coach, Gastgeberin

**ELEMENTAL**  
DIEMTIGAL  
Das Leben im  spüren 