



Burn In! Horse-Wisdom-WIRKshop mit Pferden als Coaches

Samstag, 5. Oktober 2013, 10 – 18 Uhr
auf dem Rosenhof in **Mettendorf** (Nähe Frauenfeld)

Wirkshop?

Diese Begegnung mit den Pferden und sich selbst zeigt Wirkung – tief und nachhaltig, manchmal überraschend, oft bewegend, meist belebend und immer anders. Es braucht dafür **keine Erfahrungen mit Pferden!** Damit genügend Raum für die Reflexionen in den Gesprächsrunden bleibt, ist die **Teilnehmerzahl auf 8 Personen** begrenzt.

Burn In?

Unsere Gewohnheit ist es, Gefühle auszublenden, Sehnsüchte zu verdrängen, zu glauben funktionieren zu müssen, uns zu beschränken, zu beherrschen, uns „runter zu fahren“. Das kostet eine Menge Energie, führt zu Selbst-Reduktion und macht krank - Burn Out, Bore Out, Depressionen sind in aller Munde. **Höchste Zeit, die Richtung zu ändern, uns zu re-sensibilisieren und wieder Freude zu finden am Abenteuer Leben.** Der Weg dahin:

- unsere Wahrnehmung stärken – für unser Inneres und das was uns umgibt
- achtsam mit den Emotionen umgehen – mit unseren eigenen und den der Anderen
- Herz & Bauchhirn aktivieren
- weise Entscheidungen zu treffen
- Altes loslassen und Neues entdecken

Warum Pferde als Co-Coachs? Pferde sind wunderbare „Türöffner“, denn sie ...

- nehmen Sie wahr, wie Sie wirklich sind, schauen Ihnen direkt in die Seele und ... dies frei von Bewertungen
- unterstützen Sie dabei (oft unbewusste) Verhaltensmuster, Glaubenssätze, Begrenzungen aufzuspüren
- zeigen, dass Freiheit und Verbundenheit, Kraft und Sanftheit keine Widersprüche sind
- sind Impulsgeber und verhelfen bisweilen zu erstaunlichen Ein-Sichten
- wecken in uns die Erinnerungen an Urvertrauen, Gruppenintelligenz und die Freude am DaSein

Wie passiert da?

- nach einer kurzen Einführung gehen wir direkt in die Begegnung mit den Pferden – ohne Vorgaben, ohne Worte. Sie sind einfach da und folgen Ihren Impulsen.
- Ängste dürfen Sie, wie alle anderen Gefühle, gerne mitbringen – auch hinter jeder Angst steckt eine Chance!
- Es wird auch die Möglichkeit geben, auf dem nackten Rücken eines Pferdes zu sitzen, zu liegen, die Wärme, den Atem, diese besondere Verbindung zu spüren.
- Während der Begegnungen und in den anschliessenden Gesprächsrunden begleite ich Sie als Coach. Ebenso wie die Pferde, lasse auch ich mich intuitiv auf Sie ein.
- Das Seminar entwickelt sich individuell, aufgrund der Konstellation der Gruppe und persönlicher Anliegen. Sie entscheiden, wie weit Sie sich einlassen und worüber Sie sprechen wollen.

Sie wollen dabei sein?

Der Teilnahmebeitrag beträgt 210,- Franken (Mittagessen à la carte im benachbarten Gasthof). Bei beschränkten finanziellen Mitteln ist eine Ermässigung möglich und es steht bei jedem Seminar ein Verschenkplatz zur Verfügung!

Bitte melden Sie sich frühzeitig an, möglichst bis 1 Woche vor dem Termin - mittels Anmeldeformular oder über XING. Nach der Anmeldung erhalten Sie eine Rechnung, Der Platz ist fest gebucht mit Eingang der Zahlung.

Ich freue mich sehr auf den Tag mit Ihnen!

Patricia Hilali

Telefon + 41 77 251 48 66 oder +49 170 47 51 079
info@hilali-consulting.com oder mail@horse-wisdom.ch

Mehr Termine und Informationen auf www.horse-wisdom.ch

