

Freitag,
30. Jan. 26
19.30-21.30h

in der Jurte

Interessiert,
doch das
Datum/Zeit
passt nicht?
Melde dich,
wir finden was
mit anderen
Interessierten.

Erlebnisabend mit Elementen vom traumasensiblen Begleiten - mit Yvonne Meyer

Wie entsteht Trauma? Welche Arten von Trauma gibt es? Wie kann ich mein Nervensystem regulieren? Um was geht es in einer traumasensiblen Begleitung? Ein Erlebnisabend mit geführten Meditationen, Körperübungen, Theorieteil und weiteren Inspirationen, im geborgenen Rund der Jurte. Basis ist die **Neurosystemische Integration nach Verena König**.

Fr. 25.- /
pro Person



[Detailinfos zum traumasensiblen Begleiten](#)

**Für Einzel-
personen:**

**Samstag,
14. Februar
26**

Valentinstag

19 - 21.30h

**oder:
Datum deiner
Wahl mit
deiner
Gruppe**

Lehmsauna-Ritual mit Yvonne Meyer Ab sofort bis ca. Mitte März 2026, für Frauengruppen, Männergruppen und auch gemischte Gruppen.

Die Lehmsauna ist ein Kuppelbau aus Lehm mit einem runden Ofen in der Mitte. Dieser ist umgeben von Steinen in einem Gitter, auf welchen der wohlriechende Wasseraufguss verdampft und die Sauna warm bis heiss werden lässt. In der Sauna haben bis zu 9 Menschen Platz. Die Sauna wird von einem Bauernhaus und zwei dazugehörenden Stöcklis umgeben. Im wilden Garten - auf der kühlen Erde liegend - kann zwischen den Saunagängen ein kühler Gutsch Wasser und der Sternenhimmel genossen werden. Wir schwitzen in 3 Runden, Ruhen uns danach in der Jurte aus, lassen das Ganzkörpererlebnis nachklingen und geniessen eine warme Suppe.

Fr.50.-pro
Person

(mind. 4
Personen
max. 8
Personen)



[Detailinfos zum Lehmsauna-Ritual](#)

Freitag, 27.
Febr. 26
19-21.30h

und

Samstag,
28. Febr. 26
9-17h

(beide
einzeln
buchbar)

Schattentanz und Trauerumarmung mit Corina Camenzind und Thomas Frey

In einer kleinen Gruppe lernst du Neues zum Thema Trauer und befasst dich umsorgt und begleitet mit deinen Trauerthemen. Du kannst nur am Freitag kommen, an beiden Tagen oder dich kurzfristig auch für den Samstag anmelden, wenn du am Freitag dabei warst.

Wir nehmen dich mit auf eine Reise durch die Landschaften der Trauer und Begegnen der Freude neu. Wir alle tragen Trauer in uns - über grosse und kleinere Verluste. Lerne das Kaleidoskop der Trauer kennen, begegne ihr tanzend. Umarme sie, gib ihr eine Form und ein Gesicht und wage es, dich mit ihr zu zeigen.

Wir haben dir einen bunten Strauss aus Tanz (Biodanza), Meditationen, Kreativität und Ritualen vorbereitet.

Freitag:
30.-

Samstag:
150.-
(bitte
Mittagessen
selber
mitbringen)

Ermässigung
auf
Anfrage



[Flyer zum Trauerseminar](#)

[Webseite von Corina-Deva-Maria](#)

Im Garten
und/oder
Jurte

Melde dich,
wenn dich das
interessiert.
Wir doodeln
mit den
Interessierten
für März/April
2026

Feuerschlagen lernen um ein Ritualfeuer zu entzünden - mit Yvonne Meyer

Zur Sommer- und Wintersonnwende entzünde ich jeweils auf diese Art ein Feuer (mit Eisenfeuerzeug und Silex) und gebe gerne mein Wissen dazu weiter und begleite dich, dies zu erlernen. Im Steinzeitdorf in Gletterens habe ich diese Kunst vor 20 Jahren erlernt. Lust (d)ein Feuer zu entzünden?

Du kannst ein solches Eisenfeuerzeug auch erwerben bei mir.

Fr. 30.-



Donnerstag,
30. April 26
17h bis

Sonntag, 3.
Mai 2026 15h

im
Felsenhaus
an der Sense

Naturnährtage im Felsenhaus-Sense

mit Yvonne Meyer und Deborah Fenn

Die Senseschlucht lädt ein, in die spriessende, erwachte Natur einzutauchen und unser eingebunden Sein in die Natur zu erneuern, zu erfahren und zu nähren. Wir werden gemeinsam kochen und essen und bieten - nebst täglicher freier Zeit zum „umestriele“ im Sensegraben - gemeinsame Zeiten an mit Medizinwanderung, Naturrituale, ev. Körperbemalung, Körperübungen, traumasensible Selbstregulationsübungen, geführte Meditationen und viel Singen, begleitet mit Gitarre und Akkordeon.

Preis (je
nach
Teilnehmer
- zahl):
(all
inclusive)



[Homepage Felsenhaus](#)

5.-9. Juli 26

Sparenmoos

noch 3 Plätze
frei von 8

Insel am Berg im Sparenmoos

mit Ria Seewer und Jos Reichenbach

Ich werde die Gruppe bekochen !

„Lass immer ein wenig Platz in deinem Herzen für all das Unvorstellbare“ Dieses Seminar bietet Dir fünf Tage Raum, Dich individuell begleitet Deinem Thema hinzugeben und Deine Prozessfähigkeit weiterzuentwickeln. Die verschiedenen therapeutischen Angebote in der Kleingruppe unterstützen Dich, Deine Kräfte und Ressourcen noch tiefer zu erleben und Deine Beziehung zu Dir noch liebevoller zu gestalten. Die sanfte Hügel- und Moorlandschaft vom Sparenmoos laden ein zum Verweilen und Sein und dienen als Spiegel Deiner Frühlingskräfte.

siehe Flyer [Flyer hier downloaden](#)

