

„Eigentlich bin ich ganz anders, aber ich komme so selten dazu.“
(Ödon von Horvath, 1929)

selbst.kompetent.

Seminare mit Gabriele Hempel

Den Schlüssel zu mehr Zufriedenheit und Erfolg, nicht nur im Beruf, findest Du nicht in klugen Büchern. Und nur wenige finden ihn, indem sie die Tipps von Erfolgstrainern befolgen. Der Schlüssel liegt in Dir selber. Und zwar besonders, wenn Du nach der Lösung von persönlichen Herausforderungen und wiederkehrenden Problemen suchst. Je tiefer Du Dich in Bezug auf Deine Themen verstehst und erkennst, umso leichter wird es Dir fallen, Deine Selbstführungskompetenzen als Kunst für Dein Leben zu erweitern.

Deshalb geht es in meinen Seminaren um Dich selbst: in Bezug auf die Herausforderungen, vor denen Du stehst oder die Thematik, mit der Du gerne weiterkommen möchtest. Es ist aus meiner Sicht der effektivste Weg. Die Vertiefung zu Dir selbst ist das größte Geschenk, das Du Dir und Deinem Umfeld geben kannst. Das ist eine Entscheidung und ein Weg. Lebensfreude ist unser Ursprung und der macht stark. Ich arbeite mit einem erfahrungsorientierten körperorientierten Ansatz und kreativen Elementen. Eine konzentrierte und vertrauensvolle Atmosphäre in einer kleinen Gruppe und das wertschätzende Feedback unterstützen und stärken Deinen individuellen Wachstumsprozess.



Weitere Informationen und Angebote
finden Sie auf der Webseite
www.gabriele-hempel.de

selbst.kompetent.

Seminare mit Gabriele Hempel



Exklusives Angebot für Frauen 08.-12.11.2024

In der Natur mit Deiner Natur

Retreat auf der zauberhaften Insel Hiddensee

In der Natur mit Deiner Natur

Auf der wunderbaren bezaubernden Insel Hiddensee, dem Autofreien Naturjuwel, wirst Du von der Stille kosten, die Winde einatmen, den Wogen des Meeres lauschen, das Salz des Meeres in der Luft schmecken, die Klänge der Natur wahrnehmen, die Insel in ihrer natürlichen Vielfalt und Besonderheit entdecken. Deine Gedanken fliegen davon, Du atmest tief durch, lässt los, lächelst, kommst an. Einfach so. Und das immer wieder. Loslassen, um bei Dir anzukommen.

Dieses Angebot ist für Dich, wenn Du jemand bist,

- die im Alltag vieles tut und schafft, auch erfolgreich ist,
- die ihr Stressmuster loslassen will,
- die sich schon immer wieder sagt, ich bräuchte mal eine Pause,
- die sich eine Zeit zum Innehalten und Durchatmen wünscht, es aber nicht schafft das umzusetzen,
- die einfach mal raus und in der Natur sein will,
- die ihren Körper, ihrer Seele und ihr Herz wieder und mehr spüren will,
- die mehr einen erfüllenden Alltag leben will.



Der November ist im Jahresrhythmus der besonderer Monat des Loslassens und zu sich Einkehrens. In der Natur ist das so vorgesehen. Die Natur lehrt uns, dass Loslassen, sich nach innen orientieren zum natürlichen Kreislauf dazu gehört. Neues könnte im weiteren wachsen nicht entstehen und gedeihen. Wir können uns davon inspirieren lassen.

Das Retreat dient

- Deiner inneren Stärkung,
- Dich von Dir überraschen zu lassen in Gemeinschaft,
- der Vertiefung Deiner Selbstführungskunst
- der Vertiefung zu dem, was Deinem WESEN-tlichem entspricht



Mit Dir selbst in Verbindung zu Sein ist der effektivste Weg zum erfüllten, leichten und selbstbestimmtem er-Leben.

Dich mit anderen dazu zu ermutigen, zu unterstützen und anzureichern lässt neue Kräfte frei werden. Spielerisch, machtvoll, geerdet und frei, im respektvollen achtsamen Umgang werde ich kreative Ausdrucksformen, Innere Achtsamkeit, Impulse zur Vertiefung und Begegnung, Meditationen anbieten. Es wird genügend Zeit zum Austausch in- und outdoor geben. Du wirst bereichert und verändert neue nachhaltige Erfahrungen und leicht umsetzbare Tools für deinen ALL-Tag mit nehmen.

Gabriele Hempel

Dipl.-Sozialpädagogin, Supervisorin (DGSV), Körperpsychotherapeutin (HPC), SSI-Aufstellerin. Fortbildung in Traumatherapie, 40jährige Erfahrung in psychosozialen Tätigkeitsfeldern, davon 30 Jahre freiberuflich als Coach, Supervisorin, Therapeutin und Beraterin, seit 2004 in eigener Praxis.



Termine und Konditionen

Datum: 08.-12.11.2024

Ort: Hiddensee, Vitte, Logierhaus am Meer

5-8 Teilnehmerinnen

5 Zimmer, 4 davon mit großem Doppelbett. Alle Zimmer mit eigenem Bad und WC.

Kosten: 1725,00€ / bei Nutzung des Doppelzimmers zu zweit (ev. mit einer Freundin) ist der Preis 1435,00 € pro Person. Die Kosten beinhalten Seminargebühr, Übernachtung und Verpflegung (Lebensmittel). Wir werden uns selber bekochen.

Anmeldung und Zahlungseingang bis zum 09.10.2024.

BONUS: 2 kostenfreie Sitzungen 60-90 Minuten bei Bedarf bis 31.01.2025

Ein kostenfreies Kennlerngespräch vor dem Retreat ist mir wichtig.

Kontoverbindung: Gabriele Hempel, DE80 1602 00860355 1712 30

Kontakt: Tel. 0170-80 272 03, post@gabriele-hempel.de, www.gabriele-hempel.de