

SEMINAR „Empfängnis, Schwangerschaft und die eigene Geburt“

Zeit: 08. – 10. Nov. 2019 Freitag, 15.00 – ca. 21.00 Uhr
 Samstag, 10.00 – ca. 20.00 Uhr
 Sonntag, 10.00 – 17.00 Uhr

Ort: Salzburg – wird noch bekannt gegeben

Seminarkosten: 280€

Bitte um verbindliche Anmeldung bis spätestens 11. Oktober bei Renate Eschenlohr, Mobil: 0650/777 62 04 oder E-Mail: durchatmen@inode.at ACHTUNG: beschränkte Teilnehmerzahl !

Mit der Anzahlung von EUR 150,00 wird die Teilnahme verbindlich reserviert.

Anzahlung auf folgendes Konto:
Oberbank, IBAN: AT56 1500 0047 0106 7243, BIC: OBKLAT2L

Nach der Anmeldung erhalten die TeilnehmerInnen einen Fragebogen zu den näheren Umständen von Schwangerschaft und Geburt, der ausgefüllt bis eine Woche vor Seminarbeginn per Email an durchatmen@inode.at gesandt und zum Seminar mitgebracht werden soll.

Seminarleitung:

Renate Eschenlohr ist Integrative Atem- und Atemgymnastiktrainerin und ausgebildet in Mentaltraining sowie Seminarleiterin für Geburts- und Pränatalseminare und ERES Coach

Angelika Zaeske ist Integrative Atemlehrerin, Sucht- und Hypnotherapeutin, Buchautorin sowie Seminarleiterin für Geburts- und Pränatalseminare

HINWEIS: Dieses Seminar dient der Selbsterfahrung und kann eine notwendige medizinische und/ oder psychotherapeutische Behandlung nicht ersetzen. Die Teilnahme erfolgt in Eigenverantwortung

**Willkommen in
deinem
Leben**

**Fühlen wir von
Anfang an?**



**Seminar vom
8.11 bis 10.11.2019**

**Die eigene
Entstehungsgeschichte
neu erleben und als
Ressource integrieren**

Seminarinhalte

Worum es beim Seminar geht:

Die Zeit während der Schwangerschaft beeinflusst unser weiteres Leben, unsere Bindungs- und Liebesfähigkeit viel mehr, als wir bis jetzt angenommen haben.

Die Erkenntnis der Wissenschaft bestärkt die Zusammenhänge von vorgeburtlichen Erlebnissen im Mutterleib, die prägende Eindrücke hinterlassen. Das ungeborene Kind erlebt die Umwelt über die Gefühle der Mutter und diese Erfahrungen werden im Unterbewusstsein und auf Zellebene abgespeichert.

All diese Erlebnisse rund um Empfängnis, Schwangerschaft und Geburt hinterlassen einen tiefen Eindruck in unserer kindlichen Seele. Sie bestimmen die spätere Einstellung zu uns selbst, unsere Bindungsfähigkeit, unseren Umgang mit Veränderungen und unseren Platz in der Welt. Die Geburt selbst wird oft als schwieriger Übergang in eine fremde Umgebung erlebt.

Durch achtsame Körperübungen und mit Hilfe unseres bewussten Atems nähern wir uns den frühkindlichen Gefühlen an und nehmen die Atmosphäre unseres Lebensanfanges während der Schwangerschaft und der eigenen Geburt wahr.

Mit diesem Seminar haben wir die Möglichkeit den alten Schmerz des Inneren Kindes zu fühlen und ihn liebevoll zu verwandeln. Alte Glaubenssätze und Muster aus der vorgeburtlichen Zeit lösen sich auf und wir können vertrauensvoll und gestärkt unser Leben neu gestalten. Kraft und Lebensenergie wird frei und das JA zum Leben erfüllt uns.

- Die körperlichen und psychischen Entwicklungen des ungeborenen Kindes
- Prägende Erfahrungen der Empfängnis und während der Schwangerschaft
- Kontakt mit dem „inneren Kind“
- Geburtserfahrungen und ihre Auswirkungen

Selbsterfahrung

- Meditatives Erforschen des Klimas im Mutterleib
- Geburtstunnel zur Heilung der eigenen Geburtserfahrung

„Das Geburtsseminar stellt mit einem langjährig erprobten Konzept eine einzigartige Gelegenheit dar, in tiefer Weise die eigene Geburt zu durchleben und alle belastenden Faktoren zu überschreiben, sodass die stärkende und lebensbejahende Kraft aus dem Geburtserlebnis voll in das eigene Leben einfließen kann. In einer Atmosphäre der Achtsamkeit und Geborgenheit wird die Geburt als ein Fest und ein Mysterium des Lebens erfahrbar.“ (Dr. Wilfried Ehrmann)