



## Vortrag

*Je nach Witterung oder Wünschen Indoor o. Outdoor möglich, Dauer ca. 1 Std. + Diskussion, keine Teilnehmerbeschränkung, mögliche Themen:*

- Sternenwanderung
- Natur braucht ein Anders
- Vogelwelt am Wattenmeer
- Hildegard von Bingen - Ernährung & Pflanzenheilkunde

## Bring's in Bewegung

*Wandern mit max. 8-10 Teilnehmern auf Sylt, drei Tage Auszeit in der Natur, Mittagessen bei Halbtagestouren in Absprache, mögliche Themenwanderungen:*

- Intuitiv Orientierung im Leben finden
- Glaube stärken in turbulenten Zeiten
- Im Rhythmus mit der eigenen Natur
- Spielerisch sein Leben gestalten
- Seelenbedürfnisse wahrnehmen

**16.-18.  
April  
2027**

## Bonus

Alle Angebote beinhalten einen ganzheitlich, christlich geprägten Ansatz. Durch mein landschaftsökologisches Wissen und die langjährigen Tätigkeiten im Naturschutz erhältst du stets faszinierende Informationen zur Pflanzen- und Tierwelt sowie zu regionalen kulturellen Besonderheiten. Aufgrund von prägenden Erfahrungen im Leben sowie Einblicken in viele berufliche Bereiche kann ich dich in vielen Lebensphasen und bei einem einhergehenden Wandel unterstützen. Mittels Übungen und Gesprächen auf den meditativen Wanderungen wird deine Selbstwahrnehmung und deine Persönlichkeitsentwicklung unterstützt. Weitere Informationen findest du auf meiner Homepage.