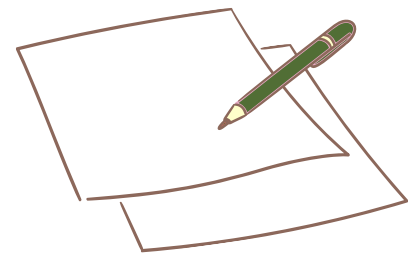




**Durchatmen. Ankommen.  
Entfalten.**

# Schreiben & Waldbaden

mit Gudrun & Gabi



**Samstag, 17.6.2023**

**von 11 bis 16 Uhr / Nähe Neulengbach**

Keine Schreiberfahrung nötig. Nur Lust auf  
Entspannung und Neugier auf dich selbst!

Teilnahmegebühr 60 Euro. Bei trockener Witterung.

Im Wald kannst du so sein, wie du bist, **ohne bewertet** zu werden, **ohne Leistungsdruck** und Zeitwahrnehmung.

Dein Innerstes kann sich **entspannen**, deine **Sinne** werden angeregt, **Kreativität** entfaltet sich, **Wohlbefinden** wird spürbar.

Du bekommst Impulse, wie du achtsam Gedanken und Gefühlen auf die Spur kommen, neue Seiten in dir entdecken kannst.

### **Treffpunkt Nähe Neulengbach, Wienerwald.**

Die genauen Details zum Treffpunkt werden bei Anmeldung bekanntgegeben.

Ca. 3 h Waldbaden / ca. 2 h Schreibzeit.

### **Bringe bitte mit:**

- **bequeme Kleidung**
- **Turnschuhe/Schuhe mit leichtem Profil**
- **kleines Handtuch**
- **Imbiss, Getränk**
- **fester Schreibblock oder Schreibbuch**
- **Schreibstift(e)**

Sitzunterlagen sind vorhanden.



**Kontaktiere uns - wir freuen uns auf dich!**



Gudrun Böck  
Wald-Gesundheitstrainerin  
[www.waldbaden-wienerwald.at](http://www.waldbaden-wienerwald.at)  
0670 4071379



Gabriela Fink  
Schreibpädagogin/Bloggerin  
[www.hope-and-shine.at](http://www.hope-and-shine.at)  
0664 5934147