

Doris Veit

Mit und in der Natur
aufgewachsen, zertifizierte
Waldpädagogin, sowie
Ausbildung als
Intuitionstrainerin und
Lebenscoach
(nach Tepperwein).
Weitere Ausbildungen und
Diplome in Shiatsu und
anderen Massagemethoden



Adresse:

DIE SCHEUNE - Freiraum für Entfaltung
7463 Weiden b. R. Nr. 1

Terminabsprache:

Telefon (03355) 20 7 30-11
Mobil (0664) 481 00 26
erdfrau@diescheune.at
www.erdfrau.at



Infos über weitere
Seminarangebote im
Internet unter
www.diescheune.at
erdfrau@diescheune.at



ERDUNG FÜR KOPFMENSCHEN



In einer Gesellschaft, die sich Informationsgesellschaft nennt, sind wohl 80 Prozent der Menschen zu Kopfmenschen geworden — vor allem die sogenannten Business-Menschen. Das Tagesgeschäft konzentriert sich auf hören, sehen und denken — alles Aktivitäten, die sich im Kopf abspielen.

Nachrichten in Zeitungen, im Radio, Fernsehen, am Computer-Bildschirm und per Telefon — der Technik sei Lob und Dank, per Handy sind wir jetzt immer und überall erreichbar.

Die Hände benutzen Kopfmenschen vorrangig zum Betätigen von Tasten und Schaltknöpfen. Am Menschen fehlen (leider?) die Knöpfe zum Ein- und Ausschalten.

Aber auch Kopfmenschen haben außer überfüllten Köpfen und knopfdrückenden Händen noch andere Körperteile — die viele Menschen erst wieder registrieren und wahrnehmen, wenn sie schmerzen. In ihrer Brust schlägt nicht nur ein Herz (hoffentlich noch regelmäßig und schmerzfrei), da schreit auch eine Seele danach „gehört“ und wahrgenommen zu werden.

Ihre Seele weiß, dass Sie ein Teil der Natur sind und möchte so gerne wenigstens für kurze Zeit ihren Nährboden spüren, aufatmen und den Freiraum der Natur zu ihrer Entfaltung genießen.

Das macht die Erdfrau:

Die Erdfrau Doris Veit ist weder mystisches Wesen noch Hexe — sie ist eine Frau unserer Gesellschaft, die die Wichtigkeit der Verbindung von Mensch und Natur erkannt hat. Sie setzt sich dafür ein, dass die Menschen den Kontakt mit der Erde, ihrer Verwurzelung, nicht verlieren. So wie ein Baum ohne Erde nicht wachsen kann, ist es für den Menschen unerlässlich, diese Qualität der Erdung bewusst für sein Überleben und Wachstum zu nutzen.

Fünf Schwerpunkte bilden den Rahmen für die Workshops der Erdfrau:

1. **Waldpädagogik** — die Natur mit allen Sinnen wahrnehmen
2. **Bewegung** — in Wald und Flur auf natürlichem Boden oder bewusste Erdungsübungen in einem gemütlichen Raum mit natürlicher Atmosphäre
3. **Shiatsu** — Aktivierung der Erdenergie durch Übungen und Selbstmassage
4. **Meditation und Kreativität** — das bringt die Aufmerksamkeit von der Denkebene in die Gefühlsebene bzw. von der linken in die rechte Gehirnhälfte.
5. **Ernährung** — „Slow food“, ein Schlagwort für bewusste, vollwertige Ernährung, die auch schmeckt

Je nach Wetter und Jahreszeit — die Zyklen der Natur fordern Flexibilität — gestaltet sich das Detailprogramm. In jedem Fall werden Sie — zumindest für einen Tag — erfolgreich von der Alltags-Gedankenmühle abgelenkt und erfahren aktive Entspannung sowie kreative Inspiration.

Individuelle Termine für eintägige Workshops können Sie mit Doris Veit unter 0664/481 00 26 oder per E-Mail unter erdfrau@diescheune.at vereinbaren.

Für Firmen und Gruppen werden individuelle und längere Workshops angeboten.

