

# „Alles ist IN Dir! BeLEBE es!“

Folgende AktiviererInnen sind für Dich in Einsatz

... mit Fokus KÖRPER – Gut im Körper, gut durchs Leben!

---

## Tag 1 – 27.9.21

### WahrSPÜRung mit NIA

**Ann Christiansen** ist die Frau, welche dafür gesorgt hat, dass NIA den Weg nach Europa gefunden hat. NIA ist mehr als ein reines Freundefitnesskonzept und ladet vielmehr zum wahrhaftigen Tanz durchs Leben ein. Mit ihren eigenen ErSPÜRungen aus NIA und dem Begleiten von Menschen in der Ausbildung seit 1998 hat sie einen umfangreichen Referenzschatz, den wir gemeinsam heben. Sie wird wertvolle Impulse liefern, wie auch Du den Tanz IM Leben finden kannst – sogar OHNE Musik.

### WohlSPÜRen mit Grinberg

**Veronika Fiegl** ist eine derjenigen Menschen, die nicht nur wegen ihrer eigenen Schmerzen eine Wende eingeleitet hat. Vielmehr hat sie ihre eigene Reise hin zu mehr Körperbewusstheit ausgeweitet und lässt andere teilhaben. Als Trainerin der Grinberg Methode leitet sie vielfältige, abwechslungsreiche Seminare, Workshops, Retreats an und arbeitet seit bald 20 Jahren in diesem Bereich. Ihr Hauptanliegen ist, Menschen darin zu unterstützen, ihre eigene Stärke und Heilungskraft zu nutzen.

### Heilkraft des Singens

**Tina Elay** ist eine Sängerin, Musikerin, Gesangs- und Musiklehrerin, die den Fokus auf das „wie spürt es sich an“ legt. Sie vermittelt gleichsam ein gesundes Vertrauen, dass sich das Gut-Klingen über das Üben und Dranbleiben einstellt. Tina eröffnet Kreativ-Räume, in denen sich der einzelne entfalten und wieder neu entdecken darf und die heilsamen Qualitäten von Musik über die Proberäume hinaus in die Welt getragen werden.

## Tag 2 – 28.9.21

### Ressourcenbestärkung über den Körper

**Claudia Berger-Schachinger** verkörpert für mich ein erdiges, naturverbundenes Wesen. Ihr Anleiten und Begleiten ist gleichsam einzigartig – egal ob es um Körperwahrnehmung, achtsame Berührung und das eigene Spüren geht. Sie leitet an, die inneren Ressourcen aufzuspüren und alte Blockaden in Fluss zu bringen, um letztlich belastende Erfahrungen zu integrieren – angebunden an die eigene und äußere Natur!

### Yoga-Lust statt -Mythos

**Eva Karel** ist definitiv jemand, den man auf den ersten Blick womöglich nicht als DIE Yogini sehen würde und doch – taucht man mit ihr in die Materie ein, wird rasch klar – eine echte Yogini ist gut in sich angebunden und verkörpert das, was sie lehrt – in aller Bodenständigkeit

und mit einer großen Portion Humor. Om, oida – so der Buchtitel ihres ersten Buches zeigt uns, wie Yoga OHNE Maskerade möglich wird – fürs LEBEN!

## Körpervertrauen steigern

**Barbara Theiler** hat für sich wiederholt erSPÜRt, was Grinberg für ihre eigene Transformation leistet und damit war dann irgendwann klar – sie will ebenso Menschen begleiten, anregen, unterstützen, so dass diese sich selbst wieder Stütze sind – in ihrem Körper, durch ihren Körper, mit KörperVERTRAUEN – mit all den damit verbundenen körperlichen, emotionalen, seelischen Bedürfnissen.

... mit Fokus EMOTIONEN – Wie und weil Emotionen FÜR Dich sind!

---

## Tag 3 – 29.9.21

### Konflikte konstruktiv lösen

**Peter Pressnitz** ist jemand, der den sozialen Wandel mitgestalten will und hat sich nach seiner langjährigen Erfahrung als Betriebswirt in Großunternehmen dem Trainerdasein verschrieben. Insbesondere in der GfK (Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg) sieht er eine wertvolle Möglichkeit, um mit sich und anderen in eine empathische Verbindung zu treten zu können.

### Focusing-ErSPÜRung

**Ruth Sar-Shalom** ist seit über 20 Jahren im Bereich der Lebens- und Sozialberatung im Einsatz. Trotz ihres unglaublichen Schatzes an Methoden, Werkzeugen und Zugängen schlägt ihr Herz vor allem für FOCUSING. Die Bescheidenheit und Einfachheit mit der sich Focusing auszeichnet und diese kleinen aber sehr bedeutsamen Veränderungen, die es bewirkt, motivieren Ruth, mehr Menschen diese Möglichkeit für sich zu erSPÜRen.

### Lebensfreude als Burnout Warrior

**Carolin Setzer** ist ein Mensch, der dem Thema Burnout eine Möglichkeit einräumt, es als Chance zu sehen, die FÜR das Leben ist. Jedoch anstatt auf ein Burnout zu warten, unterstützt und begleitet sie vorab, um frühzeitige Anzeichen bewusst zu machen. Denn ein Burnout passiert nicht über Nacht – und dann doch. Basierend auf ihrer eigenen Burnouterfahrung und danach folgenden Ausbildung in diesem Bereich, holt sie das Thema Burnout auf den Boden, noch bevor es einem den Boden unter den Füßen wegzieht.

## Tag 4 – 30.9.21

### Wahre Liebe braucht ALLE Emotionen

**Susi Bartmann** begleitet Menschen, ihre WAHRE Liebe zu finden, indem sie den Menschen diesen Raum für deren Einzigartigkeiten eröffnet. Wahre Liebe reduziert sie nicht auf die Liebe zu einem Partner, einer Partnerin, sondern sie dehnt diesen Raum der Liebe vielmehr aus. HAT dieser Wahre-Liebe-Raum sich erstmal geweitet, wird neben dem START einer wundervollen Partnerschaft noch viel mehr möglich.

## Mit Düften emotional in Balance

**Elisabeth Buttura** verkörpert für mich, was eine Aromafachberaterin leisten muss – jemanden der wirklich dienlich sein will, eine entsprechend umfassende Kompetenz aufweist, ein Händchen für praktische Anwendungsansätze hat und vor allem ein Mensch ist, mit dem auf Austausch in HERZhöhe gehen kann. Im Kongress fokussieren wir uns auf das emotionale Wohlbefinden.

## Einladung, Emotionen zu leben

**Monika Gundinger** ist eine Strahlefrau und für mich der lebendige Beweis dafür, dass das Freudepotential sich ausweitert, desto mehr der Raum für die GANZE Palette der Emotionen geöffnet wird. Ihre eigenen, wiederholten Schicksalsschläge haben sie gleichsam STÄRker gemacht, um Menschen in Krisen und Identitätsfragen ein Fundament der authentischen, wahrhaftigen Begleitung bieten zu können.

... mit Fokus AKTIONEN – Deine EinzigARTigkeit ist gefragt!

---

## Tag 5 – 1.10.21

### Gesundheitsbeitrag Einzigartigkeit

**Hans Endmaya** zeigt entlang seines eigenen Lebens- und Lernweges auf, dass Einzigartigkeit ein Schlüssel ist, um letztlich ein sinnstiftendes Leben und Handeln für sich und andere zu ermöglichen. In seinen mehr als 20 Jahren als Ausbilder im Bereich der Lebens- und Sozialberatung durfte er Menschen genau auf dieser Reise begleiten. Das, was auf den ersten Blick so romantisch und einfach wirkt, lebt jedoch vom Training, wie Hans selbst weiter beweist.

### EinzigARTig mittels HERZstimme

**Angela Kaindl** übersetzte von klein auf alles, was sie bewegte, in Musik. Für Sie wird der Körper SPÜRbar zum Instrument. Sie hatte die Möglichkeit, ihr stimmliches sowie darstellerisches Talent früh gefördert zu bekommen. Sie lernte von vielen hervorragenden Lehrern sowie an renommierten Universitäten und Hochschulen und teilt mit Hingabe ihr Wissen von Herz zu Herz. Für mehr HERZstimmen in der Welt.

### Handeln für ein Miteinander

**Katharina Pommer** ist bedingt durch ihre eigene Familien- und Werdegeschichte in Verbindung mit ihren Ausbildungen im Bereich der Psychotherapie geradezu prädestiniert über das neue Frauen- und Mutterbild in der Gesellschaft zu sprechen. Es sind aber weniger die vielen Theorien, entlang denen Katharina werkt und wirkt, sondern die Praxis und Bodenständigkeit, mit der sie diese teilt und anderen damit weiterhilft.

### Der Mann im Wandel

**Richard Schneebauer** ist wahrhaftiger Männerkenner und hat bereits mit seinem Erstlingswerk "Männerabend" wertvolle Einblicke dazu geben, warum Männer einen Mann zum Reden brauchen. Seine mehr als 20 Jahre Erfahrung in der Männerberatung unterstützen den Wandel der Gesellschaft. Der Wandel der Frau endet nicht bei den Männern – denn auch diese sind gefragt, sich ihren neuen Platz in der Gesellschaft zu formen. Richard unterstützt.

## Tag 6 – 2.10.21

### STÄRKEN Stärken & in Leichtigkeit beruflich & privat aktiv bleiben

**Kathrin Kränkl** hat eine erfolgreiche Karriere in international tätigen Unternehmen hingelegt und unterstützt nun als selbstständige Unternehmensberaterin, Stärken-Coach und Wirtschaftsmediatorin Menschen dabei, beruflich erfolgreich zu sein und Freude an der Arbeit zu haben. Sie fokussiert ihre Kundinnen und Kunden auf deren individuelle Talente und Stärken und erarbeitet mit ihnen authentische Strategien für ihre beruflichen Herausforderungen, einzeln und auch im Team. Ihr Motto: Sei erfolgreich und hab Spaß dabei!

### Erlaubte Vielfalt gibt Halt

**Bianca Meusburger-Waldhardt** hat in ihrer Laufbahn die EinzigARTigkeiten der Menschen kennen gelernt – etwas, das sie schon immer fasziniert hat, etwas, das sie dabei unterstützt, Menschen in IHREN EinzigARTigkeiten anzunehmen.

Sie bestätigt, dass die innere Haltung, die ReichHALTigkeit ein Schlüssel für einen gesunden Selbsta Ausdruck ist – den sie u.a. auf der Bühne mit ihren KlientInnen trainiert.

### ReichHALTigkeit – gelebte Vielfalt in & aus Dir

**Theresia W. Nestlang** sieht in der EinzigARTigkeit des Einzelnen die Chance für ein gesundes Miteinander. Da sie selbst lange an ihrer Einzigartigkeit und Bedeutung gezweifelt hat, weiß sie, wie sehr die eigene Geschichte als auch die Gesellschaft formt und normt. Das verhindert EinzigARTigkeit. Sie ist eine Meisterin im Finden von Strategien, die ein Spiel im Feld zwischen Form und Freiheit ermöglichen. Dies beSTÄRkt den einzelnen Menschen in seinem So-Sein, eröffnet die in-sich-liegende ReichHALTigkeit und dient einem neuen Miteinander.

... mit Fokus INTERAKTIONEN – Für Deine Beziehungsqualitäten!

---

## Tag 7 – 3.10.21

### Als Familie wachsen

**Ines Berger** ist nicht nur Mutter und ehemalige AHS-Lehrerin, sondern mit Leidenschaft im Einsatz, Familien im Wachstum zu begleiten und zu unterstützen. Es geht Ines darum, Eltern, Jugendliche und Familien liebevoll auf ihrem Weg des miteinander Wachsens zu unterstützen und begleiten. Denn jede Familie ist einzigartig und darf daher IHREN Weg finden, damit sich ALLE Familienmitglieder wohl fühlen können. Wachsen bedeutet stetiges sich verändern und weiterentwickeln. Daher hat sie den einzelnen UND das System im Blick und es geht nie um den/die Schuldigen.

### Wenn eine Krankheit einzieht...

**Hanna Fiedler** und ihre Geschichten sind keine Geschichten, die entlang phantasievoller Ausartungen entstanden sind, sondern beziehen sich vielmehr zurück auf ihr Leben, ihre Erfahrungen und jene, die sie mit Klientinnen hatte, die wahrlich traumatisierende Gewalterlebnisse zu verarbeiten hatte. Sie selbst hat zuletzt mit ihrem demenzkranken Mann gelebt, ihn gepflegt und nach seinem Ableben ein Buch geschrieben. Hierbei handelt es sich um mehr als einen klassischen Ratgeber für pflegende Angehörige. Ein Zusatzplus: bei all der Schwere dieser Themen bringt Hanna immer auch eine große, gesunde Portion Humor mit, die für Leichtigkeit sorgt.

## Lustvolle Begegnung

**Nicole Siller** ist die Frau, die es schon immer interessiert hat, wie und warum Beziehungen, Anziehung, Nähe, Erregung, Erotik, Lust und Sexualität entstehen und gut funktionieren – oder eben nicht. Ihr Fokus auf das Thema Sexualität und ihr diesbezügliches Wissen ermöglichen so eine reichhaltige Begleitung – schambefreit und doch so wundervoll professionell.

## Tag 8 – 4.10.21

### Begegnung auf Herzhöhe

**Birgit Konteh & Nicola Haueis** – ein Schwesternpaar, dass es sich als eine Aufgabe gemacht hat, das Miteinander von Menschen in einer neuen Qualität zu ermöglichen. Sie bringen das Format des KREISES in den Fokus – ein Miteinander, in der die Verschiedenheit des Einzelnen Platz findet und sogar eingeladen ist.

Der Kreis bietet die Möglichkeit, in dieser Anbindung und Verbundenheit mit allem und jedem sich selbst spürbar lebendig eingebunden zu fühlen und die Kraft des eigenen wahrhaftigen Ausdruckes zu erleben.

### Der Wert als Frau & Mutter in & für Gemeinschaft

**Elisabeth Maria Mwambashi-Wenninger** hat sich schon sehr früh mit Gemeinschaften auseinandergesetzt. Aufgewachsen auf einem Pferdehof war es eine Normalität, mit vielen verschiedenen, wechselnden Menschen in Kontakt zu kommen. In dieser Verschiedenheit hat sich die Frage für sie gestellt, was eine gute Gemeinschaft, ein gutes Miteinander ausmacht und hat schon einige Antworten gefunden. Gleichzeitig bleibt sie weiter findend unterwegs, um insbesondere Frauen und Mütter zu unterstützen.

### Die Wahrheit aussprechen

**Claudia Schwab-Eckl** steht für Mut zur Klarheit und ein gesundes Grenzen-setzen. Sie ladet ein, die eigenen Wahrheitsstimme zu finden, um in einer neuen Qualität – auch im Miteinander – leben zu können. Sie hält nichts von Rezepten und motiviert vielmehr auszuprobieren, was für einen selbst stimmig ist. In ihrem Podcast "Talk – Gut aufgestellt durch wahre Worte" teilt sie wertvolle, umsetzbare Tipps. Sprache ist dabei immer wieder ein wichtiges Element, das auch in ihrer Aufstellungsarbeit zum Einsatz kommt.

**Fokus SEIN – Weil es eben nicht nur ums produktive Tun geht!**

---

## Tag 9 – 5.10.21

### Lebensraumqualität

**Daniela Helmberger** hatte schon immer ein Gespür für Ästhetik – aber nicht nur. Früher noch unbewusst und auf Basis von verschiedenen Ausbildungen an die Oberfläche gehoben, verstärkten sich ihre natürlichen Gaben, Räume zu kreieren, die eine positive Auswirkung auf die darin lebenden Menschen haben. Waren es früher Verkaufsräume geht es ihr einmal mehr um den privaten Wohnbereich, dem sie ihre Aufmerksamkeit und damit ihren KundInnen mehr Energie, Harmonie und Wohlgefühl schenkt.

## Lebendige Momente einfangen

**Miriam Mehlman** drückt ihre Freude am Moment tatsächlich wortwörtlich bildlich aus. Mit der Leichtigkeit und Freude, mit der sie hinter der Kamera steht, ladet sie zu ebensolcher Freude und Leichtigkeit vor der Linse ein. Dass man das eigene Hobby zum Beruf macht und damit einmal mehr Menschen langanhaltend ins Strahlen bringt, zaubert ihr selber ein großes Lächeln auf die Lippen. Warum sie mit ihrer Arbeit ein Beitrag zur Lebendigkeitsqualität ist? DAS können nicht nur die KundInnen beantworten.

## Kochlust entfachen und bewusster genießen

**Klaudia Menichetti** ist wahrlich genial vegan und unglaublich herzerfrischend offen, wenn es darum, Menschen eine pflanzliche Ernährungsweise zugänglich zu machen. Ihre schon immer interessierte und experimentierfreudige Beschäftigung mit dem Thema Ernährung hat ihren Erfahrungsschatz wachsen lassen. Davon profitieren aufgrund ihres Cateringangebots selbst Kochunwillige. Und doch – besonders interessant wird es, wenn ihr Wissen in Anwendung kommt – ob in ihren Kochkursen oder Retreats.

## Schreibend gesund bleiben

**Birgit Schreiber** wird ihrem Namen wortwörtlich gerecht und liebt es, das Schreiben als kostengünstiges Werkzeug der Selbsthilfe an Menschen weiterzugeben. Schreiben ist auch für sie etwas, dass sie in guten wie in schlechten Tagen als wertvollen Begleiter für sich sieht. Sie selbst schreibt seit vielen Jahrzehnten – nicht nur für sich und hat nach ihrem Buch "Schreiben zur Selbsthilfe" auch ein Magazin mitherausgebracht, um noch mehr SchreibRäume zu eröffnen.

# Tag 10 – 6.10.21

## Unter einem guten Stern geboren

**Ursula Daul** begeistert sich seit vielen Jahren für die Astrologie und die potentielle Lebendigkeit, die jedes Geburtshoroskop widerspiegelt. Die Frage, was uns daran hindert, unsere Potentiale zu verwirklichen, treibt sie an. In ihrer Arbeit reichen Astrologie und Focusing einander die Hände, so dass der berühmte astrologische Leitspruch „Mensch, erkenne Dich selbst!“ aus dem Tempel des Orakels von Delphi zu einem „Mensch, erkenne und erSPÜRe Dich selbst!“ wird.

## Schreiben für Gesundheit

**Susanne Diehm** hat in ihrer umfassenden Auseinandersetzung mit dem Schreiben als Werkzeug zur Gesundheitsförderung nicht nur unterstützende Bücher geschrieben. Sie hat auch einen Lehrgang entwickelt zum Gesundheitsförderndem Kreativen Schreiben. Ihr ist es ein Anliegen, Menschen in ihre Schaffenskraft zu führen und bei den Wirren des Lebens klärendes Schreiben anzuregen. Selbstreflexion und Wachstum werden unterstützt.

## Aktivierung & Erinnerung der EinzigARTigkeit

**Kamira** – auch bekannt als Eveline Berger ist seit über 25 Jahren in der Auseinandersetzung mit dem Mayakalender. Der Mayakalender ist für sie ein Schlüssel, sich einmal mehr als der Mensch zu erkennen, als der man gedacht ist. In dieser Bewusstheit für sich selbst und die Offenbarung der Besonderheiten, die man ins Leben mitbringt, kommt plötzlich das gesamte Potenzial zum Vorschein!

## Für das Abenteuer Leben gemacht

**Peter Schöber** ist seit fast 30 Jahren im Human Design tätig und als Buchautor, Berater und internationaler Ausbilder aktiv. Human Design ist eine verlässliche Methode, um zur eigenen Individualität zu finden und kann von jedem Menschen leicht ausprobiert werden.