

**Durch Bewusstsein in die Lebensfreude**

- ❖ Der Natur achtsam begegnen
- ❖ Die Bedeutung des Hier und Jetzt begreifen
- ❖ Die Lösungen in der Natur finden
- ❖ Der inneren Kraft begegnen
- ❖ Ressourcenfindung und –Aktivierung
- ❖ Alte Wege verlassen, um auf Neuen zu gehen

-----  
**Ziele:**

- ❖ Stärkung des Selbstbewusstseins und der Beziehung zu sich selbst
- ❖ Aktivierung und Vertiefung des Selbstmitgefühls
- ❖ Erkennen der eigenen Bedürfnisse und persönlich wichtiger Gedanken
- ❖ Festigung des Selbstvertrauens
- ❖ Selbstsicherheit

Wenn du Dich dorthin entwickelt hast, wo deine Sehnsüchte waren...

Wenn du zu Dir stehen kannst, so wie du wirklich bist...

Wenn du gelassen sein kannst...

Wenn du Dich durch positive Gedanken motivierst...

Wenn du Dich selbst achtest und schätzt...

Anna Renate Scholz  
Heilpraktikerin für Psychotherapie  
Gestalt- und Trauma-Therapeutin  
Hypnose, Ego-State-Therapie  
Achtsamkeitsbasierte Naturtherapie

**AMRUMARI®**



**Eine heilsame Reise zu Dir in der NATUR  
Spüre die Kraft des Meeres und der kargen  
Vulkanlandschaften**

**Potentialentfaltung in der NATUR –  
Deine innere Kraft vereint sich mit  
der Kraft der Natur**

### **Eine außergewöhnliche Reise für Körper, Geist und Seele.**

Du suchst Erholung und Regeneration. Du möchtest Dich gleichzeitig persönlich weiter entwickeln. Gerade im Urlaub ist dies wunderbar möglich.

Unsere gemeinsamen Termine sind so angepasst, dass genügend Zeit für Erholung und besinnliche Momente bleibt. So wirst du diesen Urlaub auf eine besondere Art erleben.

Das Herz, die Seele und der Geist sind dort am zugänglichsten, wo es keine Verantwortung und Verpflichtung gibt. Daher kann gerade im Urlaub der persönlichen Entfaltung neben der Erholung Raum gegeben werden.

Ich biete Dir kraftgebende Inspirationen, die Dich auch noch im Alltag weiter begleiten. Du wirst Deine Urlaubs- und innere Reise mit gestärkten Gedanken und Gefühlen verlassen. Das Erlebte nimmst du tief verbunden in Deinem Innersten mit, kannst es zuhause anwenden und weiterwirken lassen.

**Die Liebe zu sich selbst macht  
Veränderungen erst möglich**



Die Heilende Kraft der Natur nutzen

### **Was mir am Herzen liegt...**

sind Beziehungen jeder Art. Denn wir gehen auch mit uns selbst eine Beziehung ein.

Die Erkenntnis, meine Einstellung zu mir verändern zu können, war erleichternd.

Anna Renate Scholz  
Von-Stauffenberg-Str. 10  
63179 Obertshausen  
Fon: 0151/700 984 19  
Email: [beratung@amrumari.com](mailto:beratung@amrumari.com)  
[www.amrumari.com](http://www.amrumari.com)

### **SEMINARORT**

Fuerteventura –  
und überall wo Einklang in der  
Natur möglich ist

Termine sind  
meiner Website zu entnehmen

### **WEITERE INFORMATIONEN UND ANMELDUNG**

Weitere Informationen kannst du meiner  
Homepage entnehmen –  
gerne stehe ich Dir auch per Email oder  
Telefon zur Verfügung