



„Klänge meiner Identität und Spiritualität“  
Eine Woche Retreat in Umbrien im August 2019

Wer bin ich? Woher komme ich, wohin geh ich?

Was ist der Sinn in meinem Leben, meiner Existenz?

Was sind meine ureigenen Werte und Überzeugungen? Woran glaube ich?

Fast jeder Mensch kennt diese ganz existentiellen Fragen nach Sinn und Bedeutung des Lebens, den Sinn- und Wertfragen des Daseins und dem, was es vielleicht „darüber hinaus“ noch geben könnte.

Im italienischen Ambiente in der alten Olivenmühle, umgeben von Natur, Weite und Stille möchte ich Zeit und Raum für diese Fragen geben, die sich immer wieder im Laufe eines Lebens stellen. In einer guten Mischung aus Kontemplation und kreativem Tun, möchte ich dich einladen, deinen Existenz, Werte- und Glaubens-Fragen zu lauschen um deinen eigenen, ganz individuellen Antworten ein Stück näher zu kommen.

Wir experimentieren mit Klängen, Farben, Bewegungsritualen und nehmen uns Zeit für Atem- und Achtsamkeitsübungen und Meditation.

Retreat heißt Rückzug, ich möchte eine gute Balance schaffen von Zeit für Kontemplation und Zeit für Austausch und inspirierende Momente mit anderen. In geschützter Atmosphäre möchte ich Raum geben für Selbstverwirklichung UND Gemeinschaft, Wertschätzung und Achtsamkeit für die eigenen Überzeugungen UND Toleranz und Offenheit für den Glauben und die Werte der anderen, denn ich erlebe mich und viele Menschen in meinem Umfeld immer wieder als Suchende UND Findende zugleich.

Diesen wertvollen Prozessen der Bewusstheit mit Neugierde und Achtsamkeit, Eigensinn und Verbundenheit unsere Aufmerksamkeit zu schenken ist mir ein Herzens-Anliegen für die gemeinsame Zeit in der Casa Simoncelli.



Bei einem eintägigen Ausflug nach Assisi lassen wir uns von diesem ganz besonderen Ort und dessen spiritueller Kraft inspirieren... Klingen und Tönen gemeinsam und vergessen dabei aber auch nicht: „La dolce vita“ con Gelati, Pizze e Espresso !

**Leitung:**

**Sabine Sinhart**

Musiktherapeutin, Familientherapeutin, [www.musikreativ.info](http://www.musikreativ.info)  
Dozentin des Ausbildungsinstituts Zukunftswerkstatt *therapie-kreativ*



**An- und Abreise:**

**Sonntag 18.08.19:** Anreise und Zimmervergabe: 17 Uhr

Begrüßung mit einem kleinen Imbiss: 18.30 Uhr, Seminarbeginn: 19 Uhr

Seminar-Ende am Samstagabend mit einem Abschluss-Fest

**Sonntag 25.08.19:** Abreise nach dem Frühstück um 10 Uhr

**Impressionen aus der Casa Simoncelli...**



**Kosten pro Woche pro Person:**

**Übernachtung im Doppelzimmer und Verpflegung: 500 €**

Vollpension inkl. Wasser, Wein zu den Mahlzeiten und Kaffee und Begrüßungs-Aperol-Spritz

Einzelzimmerzuschlag 50 € für die Woche

**Seminargebühr: 600 €**

(Ratenzahlung, bzw. Sozialermäßigung nach Absprache möglich)



Infos und weitere Fotos zum Seminarhaus und Umgebung: [www.casa-simoncelli.de](http://www.casa-simoncelli.de)



#### Anmeldeformalien:

- Anmeldung per e-mail: [s.sinhart@t-online.de](mailto:s.sinhart@t-online.de) .

Die Anmeldung ist verbindlich nach Überweisung der gesamten Gebühr (1100 €).

- **Stornierungen** sind bei allem Verständnis für die einzelnen Personen und Situationen immer nachvollziehbar, haben dann aber, in ihrer Summe oft eine große Auswirkung, weil bspw., die Mindest-TN-Zahl für das Seminarhaus oder die Leitung unterschritten wird. Um dies zu vermeiden, und uns allen Planungssicherheit zu geben, **empfehle ich euch eine Reiserücktrittsversicherung abzuschließen, welche dann die bei Stornierung anfallenden Kosten übernimmt.** Bei Stornierung bis 18. Juli 2018 werden 400 € einbehalten, danach ist leider keinerlei Rückerstattung mehr möglich.

Für Fragen stehe ich euch sehr gerne zur Verfügung, per mail oder am Telefon 08170-996103.

„Ich freu mich auf die gemeinsame Zeit, und darauf, euch



ein Stück eures Weges begleiten zu dürfen!“

Mit herzlichen Grüßen

*Sabine*