

## ***Seminare von Stefanie Heim, erstes Halbjahr 2025***

SiriSana Versandlager, August-Borsig-Str. 13, 78467 Konstanz

### **Systemische Aufstellungsarbeit im erweiterten Quantenfeld**

*Sonntag, 19.1.*

*Samstag, 26.4 und Sonntag, 27.4., 10-18 Uhr*

*Samstag, 14.6., 16 Uhr bis Sonntag, 15.6., 18 Uhr*

Die klassische Aufstellungsarbeit bezieht sich auf ein System, in dem wir uns im aktuellen Leben bewegen. Hier erweitern wir dieses Feld um Zusammenhänge aus anderen Leben, feinstofflichen Dimensionen und um den Bereich der Bioenergetik. Wir begeben uns damit auf eine Reise zum primären Muster, das unsere Thematik ursprünglich begründet hat und das sich aktuell immer noch zeigt. Mit der Erkenntnis, wie wir an dessen Grundsteinlegung selbst/mit beteiligt waren wächst die Fähigkeit, die volle Verantwortung dafür zu übernehmen. So gelingt der Schritt zurück in die natürliche Ordnung und in einen Prozess der Selbstheilung.

In den Themenfeldern Stabilisierung und Abgrenzung wird diese Arbeit unterstützt und ergänzt mit Elementen aus der Systemischen Selbst-Integration von Ernst Robert Langlotz. Die Methode URSA, ursächliches Regenerationssystem, wird zusätzlich eingesetzt wenn es sich für die Integration als wichtig erweist, stress- und traumabasierte Spannungsmuster zu löschen.

#### **Investition:**

Eintägiges Seminar: **80 €** plus **100 €** bei eigenem Prozess und **30 €** Raummiete.

Eineinhalbtägiges Seminar: **120 €** plus **100 €** bei eigenem Prozess und **45 €** Raummiete.

Zweitägiges Seminar: **150 €** plus **100 €** bei eigenem Prozess und **50 €** Raummiete.

### **Frauen der neuen Zeit. Ein Seminar für Frauen!** Mit Jessica Gohl und Stefanie Heim

*Samstag, 15.3.2025*

Wir Frauen sind Bewahrerinnen der weiblichen, nährenden und tragenden Kraft. Seit jeher haben wir uns in Frauenkreisen versammelt um uns selbst mit diesen Gaben aufzufüllen und uns zu unterstützen.

Durch Zivilisation, Patriarchat und Technisierung ging uns vieles davon verloren. In diesem Seminar möchten wir uns wieder rückerbinden an unsere Wurzeln und gleichzeitig erspüren, wie wir (als Wegbereiterinnen der neuen Zeit) ganz und gar wir selbst sein können.

Es ist ein Raum für Begegnung, Befreiung und das Erleben der eigenen Kraft mit den Methoden und Erfahrungen von Jessica und Stefanie und jeder einzelnen teilnehmenden Frau.

Wenn du im Vorfeld weißt, dass du ein eigenes Thema bearbeiten möchtest, gib das bitte bei der Anmeldung an.

**Investition: 120 €** plus eine **Spende** bei eigenem Prozess und **30 €** für Raummiete und Getränke

## **Werkzeugkiste für Selbstheilung im Alltag**

In Seminaren und Einzelbegleitungen zeigen sich mir immer wieder bestimmte Themenfelder, die für eine konstruktive Arbeit mit sich selbst und zur Integration tiefgreifender Transformationsprozesse, wie wir sie beispielsweise in der Aufstellungsarbeit erleben, wesentlich sind. Daraus habe ich drei Tagesseminare entwickelt, die einzeln oder zusammen (mit Rabatt) gebucht werden können. Sie bieten grundlegendes „Handwerkszeug“ zur liebevoll-konsequenten Selbststärkung und zur Erweiterung der Selbstkompetenzen für mehr innere Freiheit und Frieden.

### **1: Von gesunden Grenzen zur inneren Stabilität. Ein Seminar zur Selbst-Integration**

*Sonntag, 16.2.2025*

### **2: Meiner eigenen Wahrnehmung vertrauen. Samstag, 30.3.2025**

### **3: Gefühle fühlen, den Körper spüren. Vom heilsamen Umgang mit mir selbst. Sonntag, 31.3.2025**

#### **Seminar 1: Von gesunden Grenzen zur inneren Stabilität. Ein Seminar zur Selbst-Integration.**

*Sonntag, 16.2.2025*

An diesem Tag geht es darum, die eigene Integrität und Ganzheit auf neue Weise zu erfahren. Verbundenheit mit sich selbst und den eigenen inneren Anteilen ist dabei der Schlüssel und steht als Quelle der Heilung zur Verfügung.

Wir werden weniger „machen“ und Ursachen ergründen als vielmehr einfache Anstöße geben, damit sich etwas Neues, Ganz(er)es in Leichtigkeit einstellen kann. Die Achtung und Wahrung der eigenen Grenzen spielen dabei eine zentrale Rolle.

Methodisch steht die Systemische Selbst-Integration von Ernst Robert Langlotz (Systemische Aufstellungsarbeit) im Mittelpunkt, die sich auch sehr eignet zur De-Identifizierung von erlebtem Trauma. Sie wird ergänzt mit meditativen Übungen und (trauma-)sensiblen Ansätzen und führt uns neben so manchem Perspektivwechsel hin zu mehr innerer Stabilität, Klarheit und innerer Freiheit.

#### **Seminar 2: Meiner eigenen Wahrnehmung vertrauen. Samstag, 30.3.2025**

Wie „funktioniert“ (meine) Wahrnehmung eigentlich? Welche Sinneskanäle sind bei mir hauptsächlich aktiv – in 3D und als Hellsinne? Wie kann ich diesen vertrauen? Was blockiert mich dabei (noch) und wie kann ich diese Hürde(n) überwinden?

Du bist eingeladen, mit unterschiedlichen Übungsansätzen ganz praktisch und experimentell die Antworten auf diese Fragen zu finden und dabei Leichtigkeit und Freude im Umgang mit deiner ganz individuellen Art der Wahrnehmung zu entdecken. Denn bewusst wahr zu nehmen kann Spaß machen und eröffnet neue Gestaltungsräume! ☺

### **Seminar 3: Gefühle fühlen, den Körper spüren. Vom heilsamen Umgang mit mir selbst.**

*Sonntag, 31.3.2025*

Ob zu viel oder zu wenig Gefühl – hier bist du richtig, wenn dich entweder ein Mangel der Fähigkeit zu fühlen oder den Körper zu spüren verunsichert oder ein Übermaß davon dich irritiert. Und auch, wenn du dich scheust, bestimmte Gefühle zu erleben oder wenn dich starke Empfindungen aus der Bahn werfen.

Gefühle sind ein Zeichen unserer Lebendigkeit und sie nähren uns. Gleichzeitig birgt die Identifikation mit ihnen eine Menge Gefahr für Verstrickungen. Wie sieht eine gesunde Balance aus? Und welche Rolle spielen Körperempfindungen dabei?

Mit Wahrnehmungsübungen, meditativen Sequenzen und Elementen aus der Aufstellungsarbeit nähern wir uns unseren Themen und verwandeln Verunsicherung in Akzeptanz und bisher störende Begleiter in verlässliche Unterstützer und Freunde. Mit im Gepäck ist auch die Methode URSA zur Löschung von hinderlichen Spannungsmustern in Zellen und Geweben.

#### **Investition:**

**Seminar 1: 70 €.** Bei eigenem Prozess **zusätzlich 100 €.**

Wenn du einen Prozess mitbringst, melde diesen bitte an.

**Seminar 2: 100 €.**

Hier findet keine Aufstellungsarbeit statt und es fällt daher kein Betrag für eigene Prozesse an.

**Seminar 2: 100 €.**

Elemente der Aufstellungsarbeit gehören hier zur thematischen Ausgestaltung. Sollte sich im Einzelfall die Notwendigkeit für eine größere Aufstellungsarbeit ergeben bitte ich um eine zusätzliche Spende.

Bei Buchung der ersten beiden Seminare entsteht eine Ermäßigung von 30 €. Bei Buchung aller drei Seminare reduziert sich die Gebühr um 50 €.

#### **Für alle Seminare gilt:**

Beitrag für Raummiete und Getränke (Kaffee, Wasser, Tee):

pro Tag: **30 €**

für eineinhalb Tage: **45 €**

Für zwei Tage: **50 €**

***Sollten die Semoinarpreise für dich nicht möglich sein, sprich mich an, wir finden eine Lösung.***

Anmeldungen:

[kontakt@stefanie-heim.net](mailto:kontakt@stefanie-heim.net), [www.stefanie-heim.net](http://www.stefanie-heim.net)