

«Zeit ist in erster Hinsicht Intensität, Tiefe, Lebensqualität, Zusammenhang, Schöpferkraft, Wandlungsfähigkeit und erst ganz zum Schluss auch noch Uhrzeit, Lieferfrist und Verfalldatum».

Natalie Knapp



VON DER FREUDE, DIE PERSPEKTIVE ZU WECHSELN

Intensiv-Woche mit THE WORK von Byron Katie
04. - 08. Februar 2026

Schenke dir Zeit, um dir selbst und anderen neu zu begegnen.

- Vielleicht stehst du vor einer Veränderung in deinem Leben?
- Sagst du oft ja, meinst aber nein?
- Ist es an der Zeit, dich von den immer gleichen, vertrauten Fallen zu verabschieden?
- Hast du Konflikte mit Partner*in, Kindern, Vorgesetzten oder Freund*innen?
- Kritisierst du dich selbst am meisten?
- Hast du den Eindruck, dass dein Perfektionismus dich oft überfordert und du dich dadurch selbst in eine Erschöpfung bringst?
- Oder willst du dich einfach für das neue Jahr sortieren?

Diese Tage dienen dazu, deine persönlichen Herzenswünsche besser kennenzulernen und zu festigen.

Du wirst dabei von einem Team von ausgebildeten The Work-Begleiter*innen und der Kraft und Ruhe der Walliser Berglandschaft unterstützt.

The Work von Byron Katie ist eine bewährte Methode der Selbstbefragung, die in ihrer Klarheit immer wieder erstaunliche und befreiende Erkenntnisse in uns hervorbringt, uns aufweckt und uns befähigt, mehr Verantwortung für unser Tun und Handeln zu übernehmen.

Kursort

Wallis - 3957 Erschmatt, Oberdorf 35, Tel 079 743 36 80
(Mit dem Zug bis Leuk, dann Postauto nach Erschmatt Dorf),
kostenpflichtiger Parkplatz im Dorf vorhanden

Termin

Mittwoch 04. Februar 2026, 12.30 Uhr (gemeinsames Mittagessen) bis
Sonntag 08. Februar 2026, 13.30 Uhr

Preis Kurs

CHF 720.-

Unterkunft und Verpflegung

CHF 296.- im DZ, CHF 396.- im EZ mit Etagedusche, inkl. Kurtaxe.
Bitte in bar begleichen.

Mittag- und Abendessen kochen wir in abwechselnden Teams
gemeinsam, vegetarisch.

Mitbringen

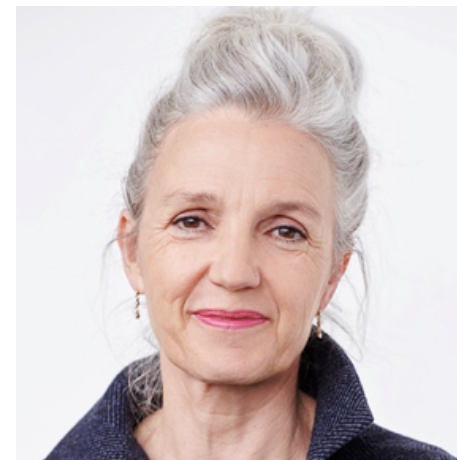
Wanderschuhe, Hausschuhe, warme Kleidung (Schichten),
Regenschutz

Dieses Seminar wird auf die Anerkennung als Coach*in für The Work (vtw)
mit 4 Tagen angerechnet.

Team



Colette Grünbaum, Tel. +41 79 743 36 80
office@grünbaum.ch, www.gruenbaum.ch



Regula Hug, Tel. +41 76 435 77 31
regulahug@gmx.net

