

# Entschleunigung – AusZeit an der Neuen Mühle Mit Energie und Leichtigkeit den Herausforderungen begegnen

In Kooperation mit dem Bistum Erfurt



In Zeiten der Unruhe und ständiger Veränderung Entschleunigung zu erfahren, ist ein unmittelbares Bedürfnis der Menschen und gleichzeitig sehr schwierig.

„Nimm dir eine Auszeit, lass es einmal gut sein, erlebe die Natur, würdige dein Erreichtes.“ Die Ruhe und Abgeschlossenheit der Neuen Mühle geben Raum um kreativ zu sein, Gemeinschaft zu erfahren und Neues zu lernen. Durch geistige Impulse, Yogaübungen, richtige Atmung, gesunde Ernährung, Meditation und Stille erhalten Sie neue Ansätze für das Erkennen Ihrer Lebenssituation und Anregungen zu Veränderungen.

Erleben Sie den Wert der Lebensfreude, der Natur und des einfachen Lebens. Freuen Sie sich darauf viel Zeit zu haben, um innezuhalten und sich wertzuschätzen.

**Ort:** Neue Mühle 192  
37355 Niederorschel

**Anmeldung:**  
[www.naturheilpraxis-hellwig.de/kontakt](http://www.naturheilpraxis-hellwig.de/kontakt)  
bernadett\_hellwig@web.de  
neue-mühle@gmx.de  
Tel.: 036076 2141148

Weitere Informationen unter:  
[www.naturheilpraxis-hellwig.de](http://www.naturheilpraxis-hellwig.de)

**Termine:**

Beginn: Montag 04.06.2018 10:00 Uhr  
Ende: Freitag 08.06.2018 12:00 Uhr  
Kosten: 220,-€/240,-€/260,-€

Beginn: Freitag 03.08.2018 16:00 Uhr  
Ende: Sonntag 05.08.2018 14:00 Uhr  
Kosten: 165,-€