



Ein Jahr Raum für dich

Ein vertrauenswürdiger Jahresraum für Frauen in der Rushhour des Lebens. Der Kalender ist voll. Die Verantwortung gross. Irgendwo zwischen Beruf, Familie, Alltag und Funktionieren geht oft etwas verloren: die Verbindung zu uns selbst.

Viele Frauen spüren irgendwann diesen leisen inneren Ruf nach mehr. Mehr Ruhe. Mehr Klarheit. Mehr Tiefe. Mehr Lebendigkeit. Doch echte Veränderung entsteht nicht durch noch mehr Selbstoptimierung. Sie entsteht dort, wo wir uns sicher fühlen. Wo wir loslassen dürfen. Wo wir nicht leisten müssen. Genau dafür haben wir den JahresRaum geschaffen.

Ein bewusst gestalteter Entwicklungsraum über ein ganzes Jahr hinweg von November 2026 bis Oktober 2027. Alle zwei Monate nehmen wir uns an einem Samstag Zeit. Zeit zum Innehalten, Reflektieren, Auftanken und Wachsen. In einer kleinen, vertrauensvollen Gruppe entsteht Raum für echte Begegnung mit dir selbst und anderen Frauen, die sich ebenfalls nach mehr innerer Stimmigkeit sehnen. Der JahresRaum verbindet Persönlichkeitsentwicklung, achtsame Prozessbegleitung, Körperwahrnehmung, Reflexion und Inspiration zu einer ganzheitlichen Erfahrung. Mal in der Natur. Mal in liebevoll gestalteten Innenräumen. Immer getragen von Ruhe, Präsenz und echter Verbindung.

Dieser JahresRaum ist für Frauen, die nicht einfach nur funktionieren möchten, sondern ihr Leben bewusster, freier und erfüllter gestalten wollen.

Ein Raum, in dem wieder spürbar wird, was dir wirklich wichtig ist. Durch das Jahr begleiten dich Sabrina Lorentz und Joëlle Bühler.

Einladung zum Kennenlernen des JahresRaums:
kostenfrei und persönlich

Alter Postplatz 1a, 6370 Stans

Samstag, 15. August 2026 | 10:00–11:00 Uhr

Pestalozzistrasse 11, 3656 Thun

Samstag, 22. August 2026 | 10:00–11:00 Uhr

Online via Zoom

Mittwoch, 1. September 2026 | 19:00–20:00 Uhr



Anmeldung: joelle@heartsoul.ch
www.heartsoul.ch/jahresraum-ein-jahr-raum-fuer-dich/

