



Deine Gesundheit liegt uns am Herzen!



Gesundheitsfördernd sind wir für Dich da!

ANGEBOTE

• Psychotherapie

Musik- Tanz- Kunsttherapie
und Integrative Gestalttherapie

• Tier- und Naturgestütztes Coaching

• Humanenergetik

• Urlaub plus

• Auszeit und Regeneration

• Seminare und Teamtage

Aktuelle Details zu den Angeboten
finden Sie auf unserer Homepage.



Finde bei uns Raum für Deine Traumzeit!

Sonja Doris Friedl Bacc.

7433 Grodnau 122
Tel.: +43 (0) 664 / 84 53 158
e-mail: mytraumzeit@gmail.com

www.traumzeit.co.at

An einem kraftvollen Ort – mitten in der Natur –
werden Menschen ganzheitlich und
professionell begleitet.
Unsere individuellen Angebote eignen sich für
Einzelpersonen, Familien und Teams,

*Erkenne Deine Stärken,
hol Dir wieder Kraft,
gewinne Zuversicht für Deine Aufgaben im Alltag.*





Bei uns wurde die Möglichkeit geschaffen präventiv zu handeln. Gemeinsam können wir Ressourcen erkennen und stärken, sowie Menschen mit besonderen Bedürfnissen Raum und Zeit geben.
Es liegt uns am Herzen ihr Wohlbefinden zu steigern und ihre Gesundheit zu fördern.

Als Schwerpunkte bietet die **TRaumZeit** Angebote für pflegende Angehörige, Frauen in Doppelbelastungen, Familien nach einem Verlust und Hilfe für Helfer.

Menschen in Ausnahmesituationen, jene die neue Wege beschreiten möchten oder einmal aus dem meist zu vollen Alltag raus möchten, können aus einer Vielzahl von Aktivitäten wählen. Therapeutisches Arbeiten - zum Beispiel im Rahmen eines Einzelsettings - gehört genauso zu unseren Stärken, wie auch das Coaching in Verbindung mit einem Aufenthalt auf einem Green Care zertifizierten Hof.

UNSER TEAM

Sonja Doris Friedl Bacc.
Marlene Baumann BA, pth.
Mag. Julia Laggner
Sylvia Narnhofer
Angela Medek
Dr. Heinz Gyaky

Das Miteinander von Tieren - im speziellen von Pferden - darf dabei ausgesprochen positiv auf die Betroffenen wirken.

Menschen aus unterschiedlichen Professionen und unsere Vierbeiner bilden ein Team, dessen Fokus und Aufmerksamkeit mit Achtsamkeit auf das Wesentliche gerichtet sind - auf Sie.




TRaumZeit

Finden bei uns Raum für Deine Traumzeit

