

Die Bewohner

Nach einem erfüllten Berufsleben oder ergänzend zu einer beruflichen Tätigkeit haben wir uns zu einer Wohn-, Lebens- und Arbeitsgemeinschaft zusammengefunden. Auf einer gemeinsamen Wertebasis bieten wir, als selbständige Freiberufler, mit unseren unterschiedlichen und ergänzenden Fähigkeiten eine breite Palette der Begleitung und Unterstützung für Einzelpersonen und Gruppen.



Gerhard Altmann
Zertifizierter Autonomietrainer
European Business Coach

gerhard.altmann@gmail.com
Mobil: 0172 8736253



Gabriele Helbig
Dipl. Sozialpädagogin, Kunst-,
Tanz- und Bewegungstherapeutin,
Gestalt- und klientenzentrierte
Lebensberatung nach C. R.
Rogers
tanzkunst@gmx.de
Mobil: 0172 8736253



Jonas Helbig
Pfarrer, Meditationsleiter,
Notfallseelsorger,
Traumaaarbeit und
Krisenintervention
Hakomi- und Körperarbeit
jo.helbig@gmx.de
Mobil: 0172 8736253



Begegnung, Begleitung, Bewegung

Dieses Motto haben wir Bewohner des Forsthauses Rehmühle für unseren nächsten Lebensabschnitt gewählt. Dafür wurde uns dieses herrliche Anwesen, eingebettet in die wunderbare Natur des Nordschwarzwalds unterhalb der Fautsburg, zugetragen. Wir wollen als selbständige Freiberufler unsere Erfahrungen und Kenntnisse, die uns bisher im Leben geschenkt wurden, mit Ihnen – Einzelpersonen und Gruppen – teilen.

Gerhard Altmann | Gabriele Helbig | Jonas Helbig
Rehmühle 2, 75323 Bad Wildbad

Unser Anliegen

Durch persönliche Begleitung und Unterstützung wollen wir Ihnen ermöglichen ein selbstbestimmtes Leben, getragen von Klarheit, Begeisterung und Lebensfreude, zu führen. Dazu trägt jeder von uns mit seinen speziellen Fähigkeiten bei. Es ist uns auch ein wichtiges Anliegen, uns mit unserer Tätigkeit in das Umfeld der Region Bad Wildbad zu integrieren und es zu bereichern.

Unsere Angebote

Offene Meditationsabende

Wöchentlich Donnerstag von 19.00 bis 20.00 Uhr, Teilnahme: € 10,00
Leitung: Jonas und Gabriele Helbig

Meditationswochenenden

Termine auf Anfrage unter 0162 4124299 oder auf unserer Website.
Leitung: Jonas und Gabriele Helbig



Ganztägige Kurse

zu unterschiedlichen Themen und mit unterschiedliche Schwerpunkten, z.B.

- Feldenkraisarbeit
- Körper- und Atemarbeit
- Porzellanmalen
- Meditations- und Achtsamkeitsübungen
- Ausdruckstanz

Männergruppe

Männer treffen sich zum Austausch über persönliche Themen, Spiritualität und die täglichen privaten und beruflichen Herausforderungen.
Interessenten bitte melden bei: Jonas Helbig

Wir nutzen bei unserer Arbeit die heilsame Wirkung von Wald und Natur.

Einzelbetreuung

Für Menschen in Lebenskrisen, mit Persönlichkeitsproblemen, mit psychosomatischen Erkrankungen oder in posttraumatischen Situationen (z.B. Missbrauchs- und Gewalterfahrungen)

Kontakt: Gabriele Helbig

Gruppenarbeit

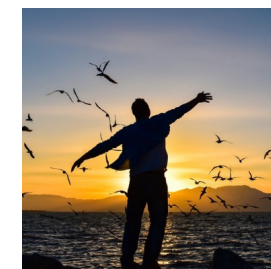
Für Menschen in sozial helfenden Berufen, in Selbsterfahrungsprozessen, in der Lebensmitte oder auf der Suche nach Identität, Lebenszielen und -inhalten.

Kontakt: Gabriele Helbig

Autonomietraining

Das Autonomietraining unterstützt Menschen dabei ihr Leben selbstbestimmter zu gestalten, den eigenen Raum entdecken, Eigenes von Fremdem unterscheiden zu lernen und eine gesunde Distanz zu ihrem Umfeld und ihren Beziehungen zu entwickeln.

- Einzelsitzungen
- Autonomieseminare (1-2 Tage)
- Spezielle Intervention für Klienten von Coaches, Beratern und Therapeuten während des Begleitungsprozesses



Kontakt: Gerhard Altmann

Intuitives und meditatives Bogenschießen

Die Grundlagen des intuitiven Bogenschießens mit traditionellen Langbogen, kombiniert mit Vertiefung der Körper- und Selbstwahrnehmung und meditativer Begleitung. (In Vorbereitung – ab Herbst 2017 – auf dem Bogenparcours des Forsthauses)

Kontakt: Gerhard Altmann

Potenzialentwicklung

Entdecken Sie die Kraftquelle in Ihrem inneren Raum. Erschließen Sie durch Kennenlernen Ihrer Persönlichkeit und die Wahrnehmung Ihrer eignen Gefühle, Bedürfnisse, Werte und Überzeugungen Ihr ganz persönliches Potenzial.

Kontakt: Gerhard Altmann