



zu sich finden

## Tage der Inspiration & Vollwertküche 2023

Donnerstag 17 Uhr bis Sonntag 16 Uhr

April 20.- 23.04.

Mai 11.- 14.05.

Juni 01.- 04.06.

Sept. 14.- 17.09. | 21.- 24.09.

### Veranstaltungsort

Blaues Haus Altenhof

Altenhof 7

04703 Leisnig OT Altenhof

### Gesamtpreis pro Person 335,- €

inkl. Übernachtung, Kursgebühr und Verpflegung

### Anmeldung

bitte bis spätestens 8 Wochen vor Kursbeginn unter

[www.zu-sich-finden.de](http://www.zu-sich-finden.de)

[zu-sich-finden@gmx.de](mailto:zu-sich-finden@gmx.de)



Kursraum

Wandern in sanfter Landschaft  
mit weiten Blicken.  
Schauen von felsigen Ufern  
auf den blauen Fluss.  
Verweilen in historischen Klostermauern.  
Genießen reinen Wassers  
aus sprudelnder Quelle.  
Spazieren entlang bunter Obstwiesen.  
Überqueren kleiner Bachläufe.  
Spüren von Sonne und Wind.  
Lauschen der Stille  
und dem Vogelgesang.  
Erleben wie die Zeit stehen bleibt.



Muldenschleife bei Klosterbuch



[www.zu-sich-finden.de](http://www.zu-sich-finden.de)

## Tage der Inspiration im Blauen Haus



Termine 2023

Blaues Haus · Altenhof · Leisnig

Kursleitung Birgit Beute

[www.zu-sich-finden.de](http://www.zu-sich-finden.de)

[zu-sich-finden@gmx.de](mailto:zu-sich-finden@gmx.de)



# zu sich finden

## Tage der Inspiration

für neue positive Lebensimpulse:  
Loslassen und zu-sich-findern,  
Natur erleben und vollwertig essen,  
achtsam und kreativ sein.

Das Blaue Haus in Altenhof bei Leisnig  
mitten im Obstland und am Tal der Mulde  
bietet einen idealen Rückzugsort für  
innere Einkehr. Mediterranes Blau in grüner  
Landschaft prägen das Bild des ehemaligen  
Bauerngehöfts mit Naturgarten.  
Die gemütlichen Zimmer und der lichte  
Kursraum geben ein wohltuendes Gefühl  
ländlicher Ursprünglichkeit.  
Gerade richtig für die kleine Auszeit  
an einem verlängerten Wochenende.



Entspannen auf der Gartenterrasse

## Ich freue mich auf Sie



Birgit Beute



Zeit für Kreatives



Wanderung nach Klosterbuch

## Vollwertküche

vegetarisch und gesund:  
An diesen vier Tagen bereiten wir  
unsere Mahlzeiten gemeinsam zu,  
natürlich mit viel Gemüse,  
Obst und frischen Kräutern,  
regional und saisonal.



Abendmenü

## Der Kurs beinhaltet

- ✿ 3 Übernachtungen
- ✿ Vollwertkost
- ✿ Naturspaziergänge
- ✿ Seminar
- ✿ Gedankenaustausch