

# MEIN WEG?!

## Vom Stillstand zum Aufbruch

Ein **Retreat** für alle, die Veränderung spüren und den Mut haben, ihr zu folgen



20.-23.  
Mai 26

# Wann ein Retreat Dich weiterbringt

Eine **Entscheidung** steht an, doch der Kopf & das Herz ziehen in verschiedene Richtungen

Du fragst Dich, was jetzt kommt und **was Du wirklich willst**

Du hast eine **Veränderung** erlebt, die Dich nachdenklich macht

Du möchtest **innehalten** und Deinen Weg neu betrachten und ausrichten

Du suchst neue Klarheit

# Was ein Retreat bedeuten kann



**Abstand**  
gewinnen  
& sich selbst  
Raum geben

**Muster**  
erkennen  
& bewusst  
durchbrechen

Bestehende  
**Glaubenssätze**  
hinterfragen &  
bearbeiten

Neue  
**Blickwinkel**  
einnehmen &  
Optionen erkennen

Das **Vertrauen**  
in Dich selbst  
stärken &  
Energie tanken



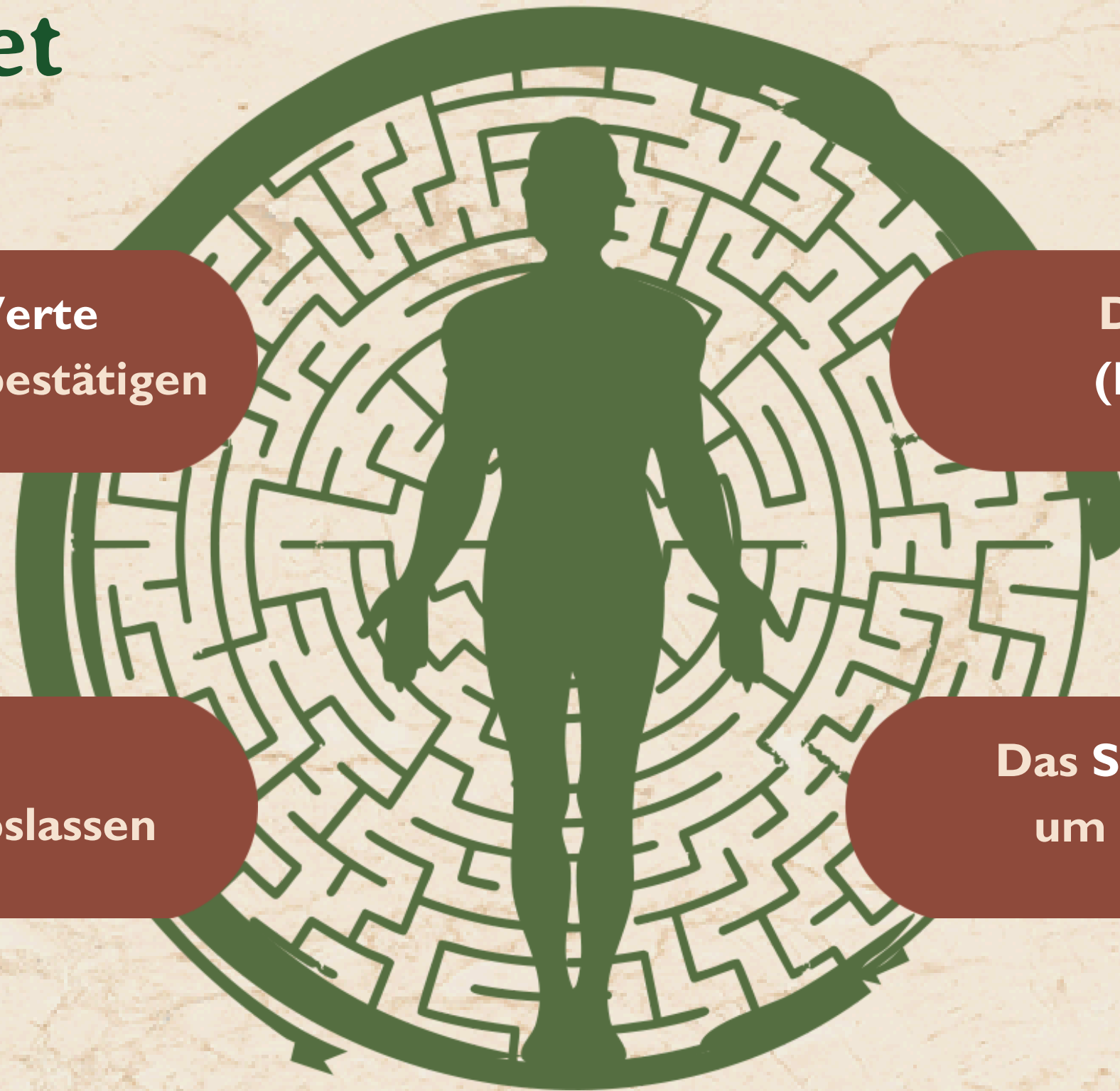
# Was Dich beim Retreat erwartet

**Eigene Ressourcen & Werte**  
entdecken, aufdecken oder bestätigen

**Den eigenen Genius**  
(Identität) erkennen

**Innere Aufträge**  
verstehen, bearbeiten & loslassen

**Das Selbst-Bewusstsein nutzen,**  
um den Ausblick zu schärfen



**Spüren – Sprechen – Schweigen – Notieren – Verarbeiten – Loslassen – Anpacken**



# Wie wir arbeiten



**Methoden der systemischen &  
transaktionsanalytischen  
Beratung**



**Einzelarbeit  
sowie Tandem- &  
Triogespräche**



**Ein ausgewogener Mix  
aus Bewegung, Stille &  
Reflexion**

# Was Du zum Retreat mitbringen solltest

Offenheit, **Neugier** und Lust,  
Neues zu entdecken



Bequeme **Kleidung** für  
drinnen und draußen



Eigene **Lieblingsgegenstände** wie  
Dein Yoga-Kissen / Deine Decke



**Empfehlung**  
**„Digital Detox“**

*bring nur das  
Nötigste mit.*



# Das wird dich das Retreat kosten

Angebot:  
Schnell sein  
und bis zum  
15.01.2026

**150€**  
sparen  
(Frühbucherrabatt)

Eine  
Investition  
in Dich



**1.690€**  
inkl. MwSt

20.-23.  
Mai 26



Vorgespräch zur verbindlichen Anmeldung



Systemische & transaktionsanalytische Begleitung  
zur persönlichen Reflexion



Drei Tage Retreat-Programm mit  
Bewegungseinheiten (angelehnt an Yoga & Pilates),  
Bewegung in der Natur, Atemübungen



Materialien und Inspirationen zur persönlichen  
Reflexion und Vertiefung



Ein individuelles Coaching im Anschluss (60 min.)  
zur Ergebnissicherung



# Unser Wohlfühlort DER BRUDERHOF

Albweg 6  
79837 St. Blasien  
Germany



ZIMMER



# Unser Wohlfühlort DER BRUDERHOF

Albweg 6  
79837 St. Blasien  
Germany



**Unterkunft im Einzelzimmer mit eigenem Bad**



**Vollpension mit hochwertiger, regionaler und vegetarischer Küche (auf Wunsch vegan)**



**Seminarverpflegung mit kalten und warmen Getränken sowie Energiesnacks & Obst**



**Nutzung der finnischen Sauna**



**Kostenfreier Parkplatz (e-Ladestation vorhanden)**



**WLAN inklusive**

*Aufpreis individuell vor Ort: Kurtaxe (11,70€ für 3 Tage), Softdrinks, Bier sonstige und alkoholische Getränke nach Verbrauch in bar zu bezahlen*



# Über mich

## SASKIA KÜSELL



### Ich als Mensch

interessiert | ehrlich |  
geradlinig | empathisch |  
tatkräftig

### Beraterin & Coach

Seit 2016 selbstständig als **Führungskräfte-Coach**,  
**Beraterin für Organisationsentwicklung &**  
**Moderatorin**

**Führungskraft für Business Excellence & strategische**  
**Organisationsentwicklung mit weltweiter**  
**Verantwortung bei Bosch**

**2011: dvct-zertifizierte Coach für**  
**Führungskräftecoaching**  
**und Persönlichkeitsentwicklung**

**Diverse Aus- & Weiterbildungen zu Change-**  
**Management, Moderating & Prozessbegleitung**

### Mein Leben

**Familie |**  
**Bewegung in**  
**der Natur |**  
**Chor | Reisen |**  
**Ehrenamt**





# Bereit, Deinen Weg zu gehen?

Dann melde dich jetzt bei mir und vereinbare ein unverbindliches Vorgespräch



[www.saskia-kuesell.de](http://www.saskia-kuesell.de)

[info@saskia-kuesell.de](mailto:info@saskia-kuesell.de)



Ich freue mich darauf, Dich auf  
Deinem Weg zu begleiten