

Traumasensitive Vision Quest

28. Juni – 12. Juli 2025
im Dartmoor, Südengland

Jetzt anmelden
auf almamundi.de/vision-quest



alma mundi
AKADEMIE

Erde, Mensch und Kosmos
mitgestalten

Die Vision Quest – eine Auszeit in der Natur, eine Reise zu sich selbst

In Zeiten rasanter Umbrüche und sozialer Spaltungen erleben wir zunehmend die Illusion der eigenen Bedeutungslosigkeit. Überforderung und Resignation sind die Folge und ein wachsendes Bedürfnis nach innerem Halt wird sichtbar. Eine Visionssuche bietet den Raum, eigene Potenziale zu entdecken, um die täglichen Anforderungen und Stressfaktoren besser zu bewältigen.

Die Vision Quest mit alma mundi eröffnet diesen kraftvollen Raum, der sehr direkt in eine essenzielle Natur- und Selbsterfahrung führt. Der Kern dieser Auszeit sind bis zu vier Tage und vier Nächte, fastend, allein unter freiem Himmel in der Natur zu sein. In der Vorbereitung werden wir gemeinsam für jeden Teilnehmenden die passende Zeit und Form der Auszeit finden. Das erfahrene Vision Quest Team begleitet Sie behutsam und sicher auf diesem Weg.

Jetzt anmelden unter almamundi.de/vision-quest

MEHR ERFAHREN?

Weitere Infos auf
[almamundi.de/
vision-quest](http://almamundi.de/vision-quest)

„Wenn du dich vier
Tage und Nächte
allein in die Natur
begibst, berührst du
den Grund
deines Seins.“

Christin Lange

Achtsame und traumasensitive Visionssuche-Begleitung

Traumasensitivität bedeutet, das Nervensystem der Teilnehmenden im Blick zu haben und es zu unterstützen, sich zwischen Aktivierung und Ruhe immer wieder zu regulieren. Viele Menschen tragen Muster in sich, die aus nicht gelungenen regulierten Stresssituationen im Leben stammen. Falls diese Reaktionen in unserer gemeinsamen Zeit der Visionssuche auftreten sollten begegnet das geschulte Vision Quest Team diesen achtsam und koregulierend.

Das Dartmoor

Angesiedelt im Süden Englands blieb dieses einzigartige, unversehrte Hochmoor seit Jahrhunderten weitgehend von menschlichen Eingriffen verschont. Das Dartmoor berührt mit einer heilsamen und mystischen Lebendigkeit und führt uns ganz selbstverständlich zu einer tiefen Naturverbindung. Ein idealer Ort für die Visionssuche.



Das Vision Quest Team

Christin Lange

alma mundi Gründerin,
Geomantin, Vision Quest
Leiterin, Systemisch-
psychologische Beraterin,
Traumarbeit

Seit vielen Jahren gibt sie ihr
Wissen in Seminaren, Reisen
und Ausbildungen mit Herz und
Seele weiter. Sie ist erfahrene
Vision Quest Leiterin mit
Schwerpunkt auf achtsame und
traumasensitive Begleitung.

Michael Hoenninger

Supervisor, Visionssucheleiter
und Initiatischer Prozess-
begleiter in Ausbildung,
biodynamischer Gärtner

*„Das Gärtnern hat mich gelehrt,
wie die Natur uns auf vielfältige
Weise inspiriert und heilen
kann. Diese Erfahrungen mit
anderen Menschen teilen zu
können ist etwas Besonderes.“*

Michael Heller

Psychiater und Psycho-
therapeut in eigener Praxis,
Vision Quest Teilnehmer,
Assistent und Ältester

*„In der Natur finde ich Frieden,
Verbundenheit und Ganzheit. Im
Vision Quest Team ist es meine
Aufgabe als Ältester, den Raum
zu halten und für das Ganze mit
zu sorgen.“*

Nadzieja Kislak

Geokultur-Coach, 10 Jahre
Sozialarbeit, Landschafts-
gärtnerin in Ausbildung

*„Es bereitet mir grosse Freude,
Menschen in diesen ureigenen
Wegen begleiten und bezeugen
zu dürfen. Die Vision Quest
begleite ich im Team als Unter-
stützerin für das Setting.“*

Vision Quest hat über viele
Jahre ein gut ausgearbeitetes
Sicherheitssystem entwickelt. Hier
werden die Ängste und Sorgen jeder
Teilnehmer*in sorgsam betreut und
begleitet. Gerade Ängste sind meist
der Schlüssel zu einer inneren Er-
weiterung der eigenen Grenzen.
Das Team führt achtsam durch
diese Ängste hindurch, damit das
dahinter liegende Potenzial zum
Vorschein kommen kann.

*Die Vision Quest hat mir wieder so viel Mut für
meinen nächsten Lebensabschnitt gegeben. Mit viel
sanfter Beharrlichkeit, Menschlichkeit und großer
Naturverbundenheit hat mich Christin und ihr Team
begleitet und ich konnte das getragene Naturgefühl
noch lange in mir nachhallen lassen.“*

Dorothee Meier

*„Die Vision Quest mit Christin war eine
tiefgreifende und unendlich wertvolle
Erfahrung. Etwas tief Vergrabenes konnte
an die Oberfläche kommen, was in
meinem Leben so gefehlt hat. Danke
für die kompetente, achtsame und sehr
liebvolle Begleitung.“*

Martin Frey

**JETZT
ANMELDEN**

unter
lange@almamundi.de
oder auf
almamundi.de

Die Vision Quest vom 28. Juni – 12. Juli 2025, Dartmoor Sheperds Huts, Dartmoor, Südengland

Preis: 950€ zzgl. Reisekosten, **Sozialpreis auf Anfrage!**

Wir bieten **kostenlose Zoom-Infoveranstaltungen** an. Dort werden wir
live über die Vision Quest berichten und es gibt Raum für Ihre Fragen!
Anmeldung Infoveranstaltung: visionquestalmamundi@posteo.de



Weitere Infos
auf unserer
Website
almamundi.de



Lernen sie das
Dartmoor und das Vision
Quest Team kennen
YouTube



**alma mundi
AKADEMIE**

Erde, Mensch und Kosmos
mitgestalten

Längenhardstr. 19
79104 Freiburg
Tel. 0761 / 292 762 44
lange@almamundi.de
almamundi.de

