



I kursgård- och retreatcenterspecialen tipsar vi dig som söker en plats där du kan stanna upp, lyssna inåt och utvecklas tillsammans med andra. De flesta har verksamhet året om med event, kurser och retreat. Många går även att hyra för den som planerar att arrangera ett eget event eller vill samlas tillsammans med familj och vänner. I år har vi kikat lite närmare på Framgångsgården, Englagård Livszentrum och Solhälla Retreat.

Text Free. **Foto** Kursgårdarnas egna. (Med reservation för felskrivningar.)

Ge dig själv ny kraft på *skön* retreat!



ALLA SINNEN

Munkerudsvägen 37,
Munkfors
070-280 95 20
www.trollsveden.com/
alla-sinnen
Behandlingar, kurser,
utbildningar, seans. Butik.

BJÖRNBACKA RETREATCENTER

Ensta 5, Grödinge
08-414 002 20
www.bjornbacka.se
Kurser, retreat. Uthyr.

BONDASGÅRDEN SOUL AND FOOD



Torgås, Lima. 0280-300 08
www.soulandfood.se
Kurser, retreat, behand-
lingar. Uthyr.

DJURKÄLLA GATUGÅRD

Djurkälla Gatugård 203,
Motala
073-320 46 33
www.hope-of-avalon.com
Kurser, retreat, be-
handlingar.

ENGLAGÅRD



Västra Å, Åsbro
0582-500 50
www.retreat.nu
Kurser, healing- och
mediumutbildning, retreat.
Uthyr.

FRAMGÅNGSGÅRDEN

En plats för inre och yttre framgång

Framgångsgården är en kursgårds-pärla inbäddad i den oslagbara naturen utanför Rejmyre i Östergötland. Gården ligger i det lilla samhället Hävla, beläget vid sjön Tisnaren.

Till Hävla tar man sig enklast med tåg till Katrineholm och sedan buss sista sträckan. De allra flesta brukar dock samåka med andra deltagare för en smidigare resväg, vilket inte bara skapar en gemytlig stämning utan också gör resan smidigare och mer hållbar. Att dela transport med nya vänner blir en del av den gemensamma upplevelsen, där skratt och samtal ackompanjeras av de vackra vyerna som sveper förbi utanför fönstret med en fantastisk natur och många sjöar.

VÄL PÅ PLATS omges du av en magisk naturkuliss där du som gäst kan andas in frisk luft och känna jordens puls under fötterna. Gården ligger harmoniskt inbäddad i ett villaområde, men trots närheten till civilisationen är det naturen som är den verkliga stjärnan på denna plats. Det som verkligen gör gården unik är den lekfulla närvaron av halvtama hjortar. De nyfikna hjortfamiljerna strövar ofta runt i området och skapar en harmonisk atmosfär. Deras eleganta rörelser och vänliga blickar förtrollar alla som har äran att möta dem. Här har man lärt sig att dela sitt utrymme med dessa fantastiska djur och se dem som en del av vår stora familj. Deras närvaro blir en påminnelse om den naturliga balansen och skönheten i djurlivet.

VERKSAMHETEN STARTADES i mars 2023 och har på kort tid haft ett tiotal retreatar med olika aktörer.

Visionen med gården är att ge människor möjligheten att samlas på ett naturnära ställe och skapa inom olika teman, där hälsa och hållbarhet är en röd tråd.

Gården består av två olika byggnader med en minuts promenad emellan. Huvudbyggnaden ligger precis vid en skog och är från början ett serviceboende och den andra byggnaden har tjänat som bostadshus åt ortens lilla affär för länge sedan. Härifrån är det bara en kort promenad till närliggande sjö med en mysig badplats med brygga, där det badas både på sommaren och vintern. Båda husen har fått ett första ansiktslyft och kommer att fortsätta renoveras löpande framöver för att uppnå än ännu mysigare standard i alla vrår.

FRAMGÅNGSGÅRDEN ÄR stolta över att vara ett nära systerbolag till Ekoappen, grundat av *Ninnie Wikström*. Ekoappens holistiska hälsotänk och engagemang för hållbarhet har blivit en del av Framgångsgårdens själ. Genom att följa Ekoappens hållbara filosofi är gården fast beslutet om att vara med och göra världen till en bättre plats, ett steg i taget. Denna samhörighet med Ekoappen ger Framgångsgården en unik och inspirerande atmosfär som genomsyrar varje hörn av gården.

MATEN SOM SERVERAS är en viktig del och det serveras enbart en glutenfri och vegetarisk meny.

- Här kan du smaka på hälsa och njutning i varje tugga, en smakupplevelse utöver det vanliga! I den kärleksfullt inredda matsalen samlas dofterna från näringsrik och ▶



Yogasal med plats för många deltagare.



Sovrum.



Ninnie Wikström.



Myshörna.

FREE SPIRIT KURSGÅRD

Strålsjövägen 48, Älta
070-569 51 00
www.free-spirit.nu
Kurser, retreatar. Uthyes.

FRAMGÅNGSGÅRDEN



Hästskovägen 7, Rejmyre
073-505 90 90
www.framgangsgarden.se
Kurser, retreatar. Uthyes.

FRIDHEMS KURSGÅRD



Bruksallén 16, Stjärnsund
0225-800 01
www.frid.nu
Kurser, retreatar, permakultur. Uthyes.

GAIA LIFE KURSGÅRD & RETREAT

G:a Tostaredsvägen 210, Fjärås
0300-43 04 96
www.gaialife.se
Kurser, retreatar, ceremonier, shamanism, permakultur.

HILARIA

Jularbo 44, Folkärna/Avesta
076-564 22 74
www.hilaria.se
Behandlingar, kurser, retreatar, ceremonier, shamansk hantverk.

Skånes Yoga & HealingCenter

Kursgård på Österlen – drivs av mor & dotter, Pia & Caroline



Yindalini Yogaläroarutbildning

Spirituell resa till Bali

Reikikurser

Retreats på vackra Österlen

www.skanesyogaochhealingcenter.se

info@skanesyogaochhealingcenter.se

Välkommen till Håå!

I vackra Småland erbjuder vi:

- Enastående retreatar med meditation och yoga
- Heltids yogaläroarutbildning
- Ashramvistelse

Håå Retreat Center

www.yogameditation.com



Välkommen till vår kursgård i Rämmer Östervik/Lesjöfors!

Du som lärare är välkommen att boka upp dig och dina elever på vår kursgård med B&B till humana priser. Stora som små sällskap.

BarfotaOraklet har sin butik inne i caféet och som uppdateras lite då och då! B&B samt Ställplats för husbil (ej latrin).

Välkommen att höra av dig! www.rammenskursgard.se

Orakel/Medium

Spår om framtiden · Kontakt med döda anhöriga
Föreläsningar om bl a guider, husapoteket
& mycket mer ...

www.BarfotaOraklet.se

[f](#) [i](#) BarfotaOraklet



Barfota Oraklet

Rämmens Kursgård

[f](#) [i](#) [rammenskursgard](http://rammenskursgard.se)

Rämmer Östervik 10–12, 682 94 Lesjöfors · 073-234 40 10
rammenskursgard@gmail.com · www.rammenskursgard.se

ekoappen
retreat

Peter Wilhelmsson
Anna Baard-Blixt



Lugn & Påfylld

20–22 oktober

Retreats för dig som vill ge din kropp och ditt **sinne** tid att **vila** och vara i kontakt med dig själv.

Micke
Gunnarsson



Tonårsliv & Föräldraskap

3–5 november

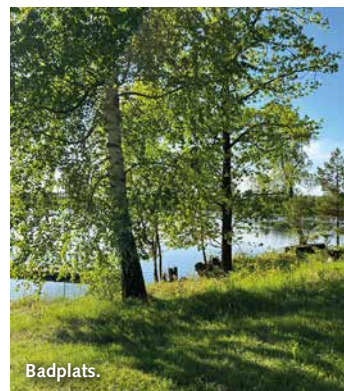
Få extra **gåva** i goodiebagen – uppge Free vid bokning. Boka på www.retreatsverige.se



Föreläsningssal.



Matsal.



Badplats.

hälsosam mat och kocken har en magisk förmåga att förvandla färska råvaror till en fröjd för ögat och gommen med alla sina färger, berättar Ninnie.

- Varje ingrediens är noga utvald för att ge dig en mångsidig palett av smaker och en näringsexplosion för kropp och själ. Gården bryr sig om varje gästs unika behov och har därför skapat en meny som välkomnar alla. Meddela om eventuella allergier vid bokning, så kommer kocken att anpassa måltiderna efter dina önskemål. Filosofin är att varje tugga ska vara en njutning utan bekymmer och en strävan efter att kunna ge dig en trygg och läcker matupplevelse.

PÅ FRAMGÅNGSGÅRDEN finns det plats för upp mot 50 gäster och 5 workshopledare. Därför fungerar gården även bra för mindre företag som letar efter naturnära ställen att hålla kurs eller konferens på. Man bor i flerbäddsrums med upp till 6 platser per rum. Möjlighet till enkelrum finns mot en tilläggskostnad och i mån av plats. Duschar och toaletter är gemensamma. Alla rum är inredda med fokus på det vackra i det enkla och är därför dekorerade med små ting som skänker glädje, färgerna är ljusa och naturmaterial är prio. De gemensamma utrymmena består

av behagliga blå och grå toner, med vintagemöbler som skapar en härlig hemma-hos-känsla.

DET PÅGÅR RETREATER och konferenser under hela året. Inriktningarna är bland annat breathwork, tystnad, fasta och yoga. När man inte befinner sig på en föreläsning eller workshop, finns det möjlighet till skogs promenader, bad/kallbad, att krypa ner i en varm jacuzzi, frisbee-golf, beachvolleyboll och att bara njuta av stillheten på landet.

Både privatpersoner och företag kan hyra in sig på Framgångsgården för att hålla retreat, konferenser och andra evenemang. Det går att få skräddarsydda upplägg både med och utan mat, föreläsningar, workshops och andra aktiviteter.

NINNIE WIKSTRÖM PÅ Ekoappen är en av dem som anordnar flest retreat på Framgångsgården. Hittills har de haft teman som "Lugn & påfylld", yogahelg och danshelg med Sweden Eco och *Tony Irving* som specialgäst.

- Vi har verkligen sett ett stort behov för människor att få mötas fysiskt och att få landa tillsammans i en härlig miljö. På våra retreat varvar vi kunskap med att bara vara, vilket har visat sig vara ett väldigt lyckat koncept. Vi bjuder alltid in två

duktiga föreläsare som håller workshops och däremellan finns det mycket ledig tid så att man kan connecta med de andra deltagarna på ett närvarande sett.

- Dessutom älskar vi att skämma bort alla deltagare med en välfylld goodiebag med hälsosamma och ekologiska produkter. Vi fokuserar mycket på kroppsligt och själsligt välbefinnande och har därför mycket luft i schemat så att man har tid för återhämtning. Bästa betyget är när deltagarna gråter för att de ska åka hem, då känner jag mig otroligt tacksam och stolt över att ha fått skapa något fint tillsammans med gruppen, säger Ninnie.

NINNIE BERÄTTAR OM alla planer som Ekoappen har med sina retreat och även om hur de ser att kursgården ska utvecklas framöver.

- Vi har en superspännande och rolig höst och vinter att se fram emot! Utöver vårt standardtema "Lugn & påfylld", kommer vi att ha teman som "Kvinnohälsa" med bland annat *Annik Warberg Landahl*, "Tonårsliv & Föräldraskap" med *Micke Gunnarsson* och fasteretreat. Det blir också en till yogahelg, då den förra blev fullbokad snabbt. Vi har även flera mat-influencers som vill hålla egna retreat med oss.

- Tillsammans med Fram-

gångsgården håller vi på att ta fram en mer långsiktig plan för hur vi ska kunna förbättra och skapa ännu härligare miljöer för deltagarna. Redan nu erbjuder vi massage till våra deltagare, men vi kommer även att göra i ordning riktigt fina behandlingsrum och satsa mer på wellness. Kanske vi skaffar en IR-bastu, en bastuflotte och andra hälsofrämjande faciliteter.

Hon lägger till:

- Möjlighet att vara volontär på gården finns året runt, det är bara att kontakta mig för ett upplägg. Vi älskar att få ge människor möjligheten att bidra och att få en fin upplevelse i utbyte.

NINNIE AVSLUTAR MED att berätta om Ekoappens huvudmål med retreaterna.

- För oss är det viktigaste vad människor tar med sig hem för känsla, att de lämnar med ett lugn, ny kunskap och nya vänskaper. Den delen jobbar vi jättemycket med och vi sätter tillsammans med deltagarna en energi under helgen, som är väldigt inkluderande, närvarande och kärleksfull. Interiör och exteriör är något som vi hela tiden förbättrar och fixar till, men det inre i människorna som besöker - det är där vi vill skapa den största förändringen. ▶

HÅA RETREAT CENTER



Hå Kursgård 1, Hamneda
0372-550 63
www.yogameditation.com
Yoga och meditation.

JORDELIV SPA & KURSGÅRD



Ganthen Båtel 509,
Romakloster
076-107 49 70
www.jordeliv.se
Behandlingar, kurser, retreat.

KOLLBERGGÅRDEN

Kleva 108, Mörbylänga
073-673 88 72
www.kollbergsgarden.se
Kurser, retreat, yoga, häst-
ridning. B&B. Behandlingar.

KOM LUST & FRÖJD



Hedehult 4, Kristinehamn
070-357 88 01
www.komlustochfrojd.se
Yoga, dans, örtvanding,
skogsbad. Uthyring.

KÄRRA ASHRAM

Kärre bygata 18C, Varberg
072-251 17 70
www.karraashram.se
Kurser, retreat, meditation,
behandlingar, yoga.



Personlig, Andlig och Spirituell utveckling
 Välkommen som deltagare på våra retreat!

Här kan du också hyra plats för att hålla din egen kurs eller retreat!

 **JORDELIV SPA & KURSGÅRD**
 Telefon: 0761074970
www.jordeliv.se

 @jordelivspa
 Jordeliv Spa & Kursgård

 **GOTLAND**
 Den magiska ön

Välkomna hem till oss i Tofvehult!
 Hos oss kan ni mötas, vara aktiva, äta, bo, eller koppla av i en rofylld och historisk miljö, mitt emellan två sjöar.

Tofvehult
 a way of life

Kursgård & Boende
www.tofvehult.se
 Lena: 070 292 63 51 · info@tofvehult.se
 Vi finns ett par mil söder om Västervik




Englagård
 Livszentrum



Englagårds kurser fortsätter år efter år att ge deltagare de genombrott de längtat efter! Kursgården som ligger söder om Örebro invigdes 2001 av Satyam Frank Hougén. Under de första åren erbjöds främst kurser i healing, mediumskap samt olika former av retreats. Sedan dess har mycket hänt och vi erbjuder idag över 30 olika utbildningar och retreats med många olika inriktningar inom personlig utveckling, företagsutveckling samt healing och medialitet! Det är mycket viktigt för oss att du är nöjd med din utbildning på Englagård och vi har därför sedan många år tillbaka vår unika trygghetsgaranti!

Läs mer på www.retreat.nu

✦ **Superkursen – En helg för endast 498 kr**

Är du redo för mer livsglädje, mening och överflöd i ditt liv? Delta i Superkursen, en helg för inspiration och personlig utveckling. En härlig och befriande "må-bra-helg" för dig som vill ha mer glädje i livet och få med dig massvis av verktyg hem.

Läs mer & boka på superkursen.se



KÄRLINGESUND RETREAT CENTER

Kärlingesund 316, Uddevalla
 073-773 13 07
www.karlingesundretreat-center.se
 Yogaretreater, Zen Coaching, kurser. Uthyres.

LADAN

Näs Gård 1 Ladan, Rö
www.ladanretreat.se
 Retreat, yoga, meditation, kontemplation.

LEVAGÅRDEN

Sjurby, Älvdalen
 070-467 82 77
www.livshalsa.se
 Kurser, retreatar. Uthyres.

LEVANDE FÖDA SKEPPSGÅRDEN



Valdemarsvik, 0493-414 25
www.livingfood.nu
 Levande föda, yogaretreater och kurser.

LINDSBERGS KURSGÅRD

Lindsberg 10, Bergsgården, Falun
 023-430 30
www.lindsberg.org
 Kurser, kollektiv. Uthyres.

ENGLAGÅRD LIVSZENTRUM

"Välkommen till Englagård – välkommen hem!"

Kursgården Englagård Livszentrum som invigdes 2001 ligger söder om Örebro mellan Hallsberg och Askersund.

Hit reser du med bil eller tar tåget till Hallsberg med kostnadsfri hämtning på tågstationen. Under de första åren erbjöds främst kurser i healing och mediumskap samt olika former av retreat. Sedan dess har mycket hänt och idag erbjuds över 30 olika utbildningar och retreat.

GRUNDAREN AV ENGLAGÅRD

heter *Satyam Frank Hougen* och det är han som är huvudläraren på kursgården. Vissa kurser håller han tillsammans med andra kursledare och vissa helger hyrs även centret ut. Utöver Satyam som driver kursgården finns även anställd personal på kontoret, det kompletteras med folk som kommer i olika perioder och volontärarbetar genom det som kallas för Gästprogrammet. Som deltagare på Gästprogrammet kan du komma en kortare eller längre tid för att arbeta med dig själv samt bidra till kursgårdens drift och utveckling.

SATYAM FRANK HOUGEN föddes hösten 1972 i Dröbak, Norge, men flyttade till Sverige redan som 4-åring.

I 20-årsåldern kom jag i kontakt med ett medium som min mamma rekommenderat. Jag var skeptisk men eftersom jag där och då mådde väldigt dåligt så valde jag ändå att gå dit.

Detta blev starten på Satyams andliga resa då det gick upp för honom att det fanns en andevärld och snart därefter upptäckte han även att han själv var medial.

– Från att ha trott att detta var något som endast några få kunde blev det mer och mer klart för mig att detta var en förmåga som alla kunde utveckla. Jag började själv hålla seanser och visade även andra hur de kunde träna upp sin medialitet. År 1999 fick jag även ett internationellt mediumcertifikat. Sedan dess har jag själv deltagit på ett stort antal utbildningar och går än idag på flera utbildningar per år för att utveckla mig själv på olika områden. Tack vare detta får jag ständigt nya uppslag till att utöka mitt eget kursutbud.

DE VÄRDERINGAR som ligger till grund för Englagård är att alla innerst inne är ljus och kärlek och att guida människor att komma i kontakt med den sanningen och ha sitt uppvaknande. En annan viktig princip är att personlig och andlig utveckling ska vara tillgänglig för alla.

– Förstagångsdeltagare på Superkursen betalar endast 498 kr för hela helgen inklusive kurs, mat och boende i flerbäddsrums. Dessutom finns sedan många år tillbaka ett årsprogram som gör att återkommande besökare kan få gå kurser till ett mycket lägre pris vid köp av kurspaket. Det erbjuds även delbetalning, allt för att så många som möjligt ska få chansen till ett lyckligare liv med mer kontakt till sig själva och andra.

Att alla är nöjda är också något som Satyam är mycket mån om. Därav erbjuder han en helt unik trygghetsgaranti som innebär att om du inte är nöjd med kursen så får du tillbaka pengarna både för kursavgiften samt för resan till ►



Damm i parken.



Kursrum – Budda hall.



Kursrum.



Satyam Frank Hougen.



Vy ut mot trädgården.

LIVSUNIVERSITETET

Mälbyvägen 26, Väddö
070-243 22 98
www.livsuniversitetet.se
Kurser, naturstig. B&B.
Uthyses.

MITHERA DEVELOPMENT SPIRITUALISTISKA CENTER



Agersta Gård, Bälinge
070-210 68 22
www.mithera.se
Kurser, spiritualism, mediumskap, healing.

MUNDEKULLA



Långasjö
0471-504 50
www.mundekulla.se
Kurser, retreat, festivaler.
Uthyses.

MÖRBACKA GÅRDSRETREAT



Mörbacka 10, Likenäs
070-280 86 98
www.morbacka.se
Kurser, retreat, B&B,
Uthyses.

PRÄSTGÅRDEN

Nära Heby och Sala
08-87 27 96
www.sannanda.com
Retreat, meditation, kurs,
seminarier. Helpension.



Vegetarisk buffé



Sovrum.

kursgården.

- En annan värdering som ligger till grund för arbetet på Englagård är tron på att det inte bara finns en väg till upplysning. Därför är Englagård inte knuten till någon särskild religion eller annat samfund utan alla trosuppfattningar är välkomna och inredningen hämtar mycket inspiration från såväl änglar som Buddha. Det som lärs ut är enkla, praktiska och effektiva verktyg som man kan ta med sig hem för att fortsätta sin personliga utveckling och vägen mot ett lugnare och gladare liv.

DET ERBJUDS KURSER på Englagård nästan varje helg hela året. Kurserna har olika teman som till exempel "Att leva med englar", "Företagsintensiven och Power Markering", "Mediumutbildning", "Passiva inkomster och färskpressad juice" och "Meditationsretreat".

- Den röda tråden genom våra kurser är att oavsett om det handlar om att starta företag eller att få bättre kontakt med sin andliga

guide så är målet att skapa sitt liv så som man önskar det. När man åker hem från Englagård är förhoppningen att man tar med sig känslan av att vara medskapare av sitt liv och att man själv har kontroll över hur man hanterar det som händer omkring en, samt att man med hjälp av de verktyg som lärs ut kan släppa taget om det man inte vill ha och attrahera mer av det man drömmer om.

DEN MEST POPULÄRA kursen är definitivt Superkursen då den med sitt låga pris lockar många som inte tidigare besökt Englagård. Det är även många som kommer tillbaka och går den igen tillsammans med familj eller vänner.

- Superkursen är som en introduktionskurs till Englagård där du får testa lite av varje av det som erbjuds. Den innehåller bland annat olika meditationer och tekniker för att centrera sig själv, släppa smärta och ta kontrollen över sitt liv genom att inse vad som är sant och inte ha motstånd mot

det som är. Superkursen berör även ämnen som relationer, överflöd och mentala programmeringar.

Allt som lärs ut demonstreras av Satyam och sedan får deltagarna testa teknikerna direkt så man vet hur man ska använda dessa verktyg i vardagen när man kommer hem.

ÅR 2001 KÖPTE Satyam den gula trävillan Englagård som då fungerade både som kursgård och kollektiv. Sedan dess har Englagård utökats successivt under åren till att nu bestå av tre hus med kurslokaler och sovrum, ett hus med endast sovrum samt en restaurangbyggnad.

- Sammanlagt finns närmare 100 bäddar på området fördelade på enbädds-, tvåbädds- och flerbäddsrum. Det finns även rum där pålsdjur är tillåtna. Samtliga hus har både duschar och toaletter, det finns även möjlighet att förvara medhavd mat i en kyl om man önskar en specifik kost. Maten som serveras är vegetarisk och om man anmäler matallergi i förväg ordnar vi alternativ efter bästa förmåga.

MUNDEKULLA

FOSTERING HARMONY BETWEEN HUMANS, NATURE & ORGANIZATIONS



AUTUMN 2023

THE HILMA PROJECT (28 sept- 1 okt): Collective Painting Retreat
VIPASSANA (2-8 okt): Meditation och yin yoga i tystnad
HEALTH LIFE-BALANCE RETREAT (8-14 okt): Rebalance and reconnect for wellbeing
WIM HOF METOD RETREAT (13-15 okt): Kyla, andning och mindset
STIGEN HEM (25-29 okt): Mindfulnessretreat

Mundekulla i den Småländska skogen är sedan starten för över 25 år sedan byggt på hållbara principer. Vår största önskan är att skapa lärande, konst, inspirerande mat och upplevelser som stannar kvar hos dig länge och som kan delas med nära och kära.

www.mundekulla.se

HUSEN LIGGER PÅ samma område och binds samman av en vacker park med blommor, bärbuskar, lusthus och en liten damm. Englagård är rök-fritt utöver rökplats vid parkeringen.

I huvudhuset som heter Buddha hall finns utöver kursrum även en presentbutik, 5D-bio, ett café, flera behandlingsrum och kontor. När det är kurs finns det således mycket att ägna sig åt även på rasterna.

- Jag brukar säga att Englagård tro-
ligen är det enda stället på jorden där
du kan sitta i meditationsrummet
och höra skriken från bergochdalan-
nan! Mellan kurspassen finns alltså
utrymme för att roa sig, få behand-
lingar, ta aurafoto, promenera i
naturen, gå och bada i sjön eller strosa
runt i butiken där det bland annat
finns kristaller, stora ametistgrot-
tor och hundratals olika handgjorda
turkiska glasmosaiklampor.

Tack vare att Satyam i många fall
handlar produkterna direkt från
fabrik så är priserna oftast mycket
lägre än på många andra ställen
vilket är uppskattat. Den senaste
tillbyggnaden är ett så kallat "show-

room" där man kan lära sig mer om
de frekvensmaskiner som Engla-
gård nyligen blivit stockist för.

UTÖVER ATT SATYAM är en andlig
inspiratör som använder humor och
värme när han utbildar så är han även
entreprenör och älskar att utveckla
både sig själv och verksamheten. Så
varje gång man kommer till Engla-
gård är chansen stor att det hänt
något nytt, exempelvis att han startat
upp en ny kurs, byggt ett nytt rum el-
ler tagit in nya produkter i butiken.

- Att så många deltagare återkom-
mer år efter år är en av de saker som
driver mig att fortsätta med detta
arbete, glädjen i att få bevittna hur
människor förändrar sina liv.

Han har under sitt liv drivit många
olika projekt, allt från godisaffär och
livsmedelsbutik till hemsidor för pas-
siva inkomster. Det som bestått över
åren är dock Englagård som Satyam
valt att driva som enskild firma då
han ser detta som en del av sig. Hans
livsuppgift är att utbilda, inspirera
och underhålla och det är precis vad
han får möjligheten att göra här. ☺ ►



Café.



Butiken.



Café.



Levande Föda Skeppsgården AB

Njut av tystnaden i vackra Tjust skärgård och lär av utbildningschef Anita Svensson som har 40 års erfarenhet av Levande Föda och är upplärd direkt av grundaren Dr. Ann Wigmore.

Till oss i Skeppsgården kan du komma och få tillbaka din balans, höja dina energi-
reserver samt boosta ditt immunförsvar. Vårt fokus ligger på dig som gäst, hur just du kan
rena och stärka dig själv genom att bl.a. basa en försurad kropp. Många kursdeltagare
upplever då en stor förändring, från trötthet och värk i kroppen, till vitalitet och energi.

Skeppsgården är det första och enda Levande Föda institutet i Europa som auktoriserats av
Ann Wigmore personligen. Vi håller föreläsningar om mat och hälsa och här finns möjlighet
till olika aktiviteter så som bastu, havsbad, vandring i både skärgård & naturreservat, kanot-
paddling m.m. Vi fortsätter med vårt vinnande yogakoncept vid flertalet datum året ut!

"Mjukare leder, piggar, mer harmonisk, ingen värk i magen och ett bättre lymfsystem är några positiva effekter
jag nu upplever. En bonus blev alla de möten med likasinnade människor som för alltid gjort intryck på mig."

- Kursdeltagare efter 12-dagars kurs -

Vi erbjuder
praktikplatser!
Kontakta oss för
mer information.



Besök oss gärna på
www.livingfood.nu



Skeppsgården, Valdemarsvik · 0493-414 25 · mail@livingfood.nu

GOLDEN WOMB BLACK TURTLE MATRIARCH RETREAT Ängsbacka 2-5 november

dearmoring@gmail.com
www.asakullberg.com



Personlig rekreation och utveckling
i anrik miljö från 1500-talet
Hos oss blir du ompysslad till kropp och själ via

- TIBETANSK FACELIFT MASSAGE
- AROMATERAPI
- TIDIGARE-LIV-REGRESSIONER
- LIVET-MELLAN-LIVEN-REGRESSIONER
- KLASSISK SVENSK MASSAGE

Vi erbjuder Dig dessutom ett naturnära boende
och näringsrik mat lagad från grunden.
Läs mer på vår hemsida
www.soulandfood.se

Bondasgården
Soul & Food





FRIDHEMS KURSGÅRD & VANDRARHEM
mitt i vackra Stjärnsund i Södra Dalarna

Övernattningar · Kurser · Galleri · Mångfaldsträdgård · Permakultur

Vi välkomnar kurser, kursledare och gäster till ett nyrenoverat Fridhem med inspiration från naturen, med en varm och trivsamt atmosfär.



Stiftelsen Stjärnsund

0225-800 01 · 073-922 96 86 · www.frid.nu · info@frid.nu



Hyr vår kursgård i natursköna Åsljunga

- kurser, retreatar, konferenser
- 12 rum med 30 bäddar
- kök, matsal, samlingslokal
- nära sjö och skog

Sjökaptensgården

www.sjokaptensgarden.se
073-577 01 50



SOLHÄLLA

SOLHÄLLA RETREAT CENTER

MEDITATIONSRETREATER
KONserter
FESTIVALER
YOGA
INDIVIDUELLA BOKNINGAR

WWW.SOLHALLA.COM | INFO@SOLHALLA.COM

**ROSEKORS-ORDEN
AMORC**

Rösan, Gathes väg 141, Onsala
0300-56 99 56
www.amorc.nu

Skola i mystik och filosofi.
Retreat, meditation.

RÄMMENS KURSGÅRD



Östervik 10, Lesjöfors
073-234 40 10
www.rammenskursgard.se
Retreater, kurser. B&B.
Uthyres.

**SATYANANDA YOGA
ASHRAM KURSGÅRD**

Gässlingsbo 7037, Bollnäs
www.yogasverige.se
Kurser, retreatar, yogaläro-
utbildning.

SHAMBALA GATHERINGS

Bornörpet, Skinnskatteberg
www.shambalagatherings.com
Kurser, retreatar. Uthyres.

SHANTILAND

Fönebo 350, Bjuråker
070-318 99 59
www.shantiland.se
Kurser, retreatar, spa.

SOLHÄLLA RETREAT

En fristad för natur, ande och själ

Solhälla är en levande gemenskap och retreatplats i Svenshögen, 5 mil norr om Göteborg, mitt i det vackra Bohuslän direkt vid sjön Hällungen.

Hit tar du dig enkelt med bil, buss eller tåg. Det går regelbundet buss och tåg från Göteborgs centralstation.

SOLHÄLLA HAR EN lång historia som kursgård och har drivits med fokus på personlig utveckling och alternativ terapi under olika ledarskap och namn sedan mitten av 1990-talet. Sedan drygt tio år drivs Solhälla som förening.

I NULÄGET ÄR det fyra lika passionerade och engagerade medlemmar i föreningen som gemensamt tar ansvar för Solhällas verksamhet - *Genko, Kumar, Andreas* och *Lissa*.

- Genko har varit med redan under 1990-talet och har bidragit på många olika sätt till att Solhälla växt fram till den verksamheten den är idag. Hon är en välutbildad och mycket vis kroppsterapeut som bär läkande kärlek i sitt hjärta och sina händer. Genko ger individuella sessioner i Solhällas nya terapi- och massagerum, säger Kumar.

KUMARS FÖRSTA MÖTE med Solhälla dateras tillbaka till året 2000. Han har mer än 25 års erfarenhet av arbete med människor, grupp-terapi och kroppsarbete med fokus på emotionell medvetenhet och personlig tillväxt.

- Sedan 4 år bor jag permanent på Solhälla. Jag brinner för bra musik, god mat och konsten att skapa andlig tillväxt genom engagerade relationer och vänskap.

Andreas är styrelsens ordförande och bor på Solhälla sedan 2018.

- Hans överlag skickliga händer bygger inte bara tempel och repare-

rar det som behövs på Solhälla, han spelar också jordens alla magiska rytmer på sitt slagverk och bearbetar jorden i trädgården för att odla de läckraste grönsakerna. Andreas står också bakom Solhällas nystartade konsertserie.

Lissa är bland annat ansvarig för Solhällas hemsida och driver dessutom en liten shop med konsthantverk och mycket annat fint. Lissas djupa kärlek till växter och djur blir synlig överallt på Solhälla.

- Du kan vanligtvis träffa henne med hennes hundkamrat Milo i trädgården där hon odlar grönsaker, örter och blommor. Hon sprider också sin konst i form av målningar och skulpturer.

Solhällas team kompletteras med rådgivaren *Björn*, som har stött Solhälla under de senaste tio åren på många olika sätt. Björn bor nära Solhälla med sonen *Mikael* och hunden *Valentine* som delar hans passion för långa skogspromenader.

ALLA DELAR DE en djup kärlek och tacksamhet till Solhällas land och ande.

- Vi har förstått att Solhälla, för att kunna ge sin skönhet och kärlek till människor som besöker oss, behöver tas om hand både andligt, ekonomiskt och energimässigt. På så sätt skapar vi en balans och bevarar möjligheten för Solhälla att finns kvar i många generationer framöver. Vi har tagit på oss ansvaret och kommer göra vårt bästa för att skapa en hållbar och självförsörjande framtid för Solhälla.

Solhällas historia spänner över 25 år som retreatcenter och alla ägare har på något sätt bidragit till det Solhälla representerar idag. Solhälla byggdes 1926, då som Oscarshems barnhem som var en ▶



Andreas, Lissa, Genko och Kumar.



Ekologiska odlingar i trädgården.



Yoga i kupolen - Domen.



Grupp runt eld utanför templet.

SJÖKAPTENSGÅRDEN



Sjökaptensvägen 2, Åsljunga
073-577 01 50
www.sjokaptensgarden.se
Kurser, retreat, konferenser.
B&B.

SKEPPSUDDEN KURSGÅRD

Järstad, Östra Stenby,
Vikbolandet
070-221 14 34
www.skeppsudden.com
Uthyres för kurser och
retreater.

SKÅNES YOGA & HEALINGCENTER



Lunkendevägen 23, Olof
070-846 06 01
www.skanesyogaochhealingcenter.se
Kurser, resor, yoga, reiki.

SOLHÄLLA



Oskarshem 215, Svenshögen
070-994 69 22
www.solhalla.com
Kurser, retreat, festivaler.
Uthyres.

TOFTA RETREAT

Tofta Trädgård 260, Lycke
070-373 55 54
www.toftaretreat.se
Kurser, retreat, yoga,
friskvård.



Glada minner i det stora köket.



Templet – Solhällas hjärta.



Templet inifrån.

del av Svenshögens sanatorium och drevs därefter som behandlingshem.

- Platsens historia har satt sina spår energimässigt på grund av allt som har hänt här under så många år som bland annat behandlingshem. De som kommer hit, då som nu, är i behov att bearbeta trauma, sorg, smärta och ångest för att öppna upp för kärlek, glädje, förtroende, läkande och stillhet. Vi är medveten om detta och gör det som krävs för att hålla energin balanserad och ren samt ger näring till jorden och allt som finns på vår mark.

- Det som driver oss och är vår vision med Solhälla är att ta hand om platsens skönhet och läkande kraft och att bedriva den biodynamiska odlingen i vår trädgård och ge plats till den personliga och andliga utvecklingen och helandet som sker genom workshops och retreat.

DET ÄR MED stor glädje och stolthet som de idag kan erbjuda en av Sveriges mest magnifika och vackraste platser för meditation och andlig verksamhet, i form av bland annat det nybyggda templet.

- Templet som är Solhällas hjärta färdigställdes förra året och sedan dess har många människor fått uppleva en otrolig stillhet, närvaro och kraft i det handbyggda templet. Oavsett evenemang så ger templets energi den perfekta grunden till dans, meditation, yoga och konserter. Med det nya templet har Solhälla fått en otroligt vacker samlingsplats.

FÖRUTOM TEMPLET är det huvudbyggnaden med sitt professionella kök, stora matsal och altanen med utsikt över sjön Hällungen, samt gästhuset med sina 10 dubbelrum, kök och brasrummet med trädgård och sjöutsikt som ger gästerna utrymme att trivas och känna sig hemma.

Kursledare erbjuds boende i en nybyggd trästuga där man är lite avskilt men ändå nära gruppen. Sedan våren 2023 finns även ett behandlingsrum samt en sovsal som rymmer max 6 personer. Dessutom finns det en liten lägenhet som är perfekt för upp till 6 personer.

DEN STORA TRÄDGÅRDEN med eldplats, Solhällas Fire-Hut, den privata stranden, bastun vid sjön, bäcken i skogen och den biodynamiska trädgården samt växthuset gör Solhälla till en vacker, lugn och naturnära plats. På gården finns även en svetthydda och den stora domen. En plats för alla slags kurser och retreat, oavsett om man är 15 personer (minsta antal) eller upp till 55 personer (max antal). Även privatpersoner och företag kan hyra in sig för egen retreat, konferens eller fest som t ex födelsedagsfirande eller bröllop.

MATEN SOM SERVERAS är vegetarisk och kökscheferna har många års erfarenhet av vegansk och vegetarisk matlagning samt raw food.

- Alla råvaror är ekologiska med fokus på närodlad och hållbar produktion. Vi samarbetar exklusivt med Dalhem Lustgård Ekologisk Odling och kompletterar våra måltider med råvaror från vår egen trädgård, där vi odlar ekologiska grönsaker och örter året runt.

SOLHÄLLA ÄR ÖPPET året runt och erbjuder många kurser och retreat av olika slag. Under sommaren är det oftast mindre festivaler och grupper som Circle Flow, Meditations- och Yoga Gathering som lockar flest deltagare. Under sommaren kan man även bo i tält och njuta av allt som naturen

erbjuder medan höst, vinter och våren passar grupper på upp till 35 personer, vilket ger en mer intim gruppkänsla.

- Vi kommer att ha många intressanta aktiviteter på Solhälla framöver och det som är mest aktuellt redan nu i september är Dance Alchemy "The Gift of Trauma" med *Maneesha McClure*, Circle Flow Festival, Konsert med "The Four Elements", RawFood Retreat med *Erica Palmcrantz* och Soul Return "Soul Hunting Training" med *Apurna Mastino*.

- Vi själva är inspirerade av olika andliga inriktningar. Från olika meditationstekniker, terapi och yoga, raw food och biodynamisk odling till sufi mysticism och satsang - våra erfarenheter sträcker sig genom hela paletten av spirituellt och andlig utveckling. Vi har under många år följt olika ledare och lärare som oftast haft sina kurser och utbildningar på Solhälla.

PÅ SOLHÄLLA SATSAR vi på hållbarhet och det är viktigt för oss att ha ett bra samarbete och goda relationer med våra närmaste grannar, gäster, vänner samt kommunen och våra mångåriga samarbetspartner. Speciellt under pandemin visade det sig hur viktigt det är att ge utrymme till möten av olika slag och vi bygger på att vara en mötesplats för unga och gamla människor i kommunen. Våra konserter samt enskilda aktiviteter liksom loppis, meditationsskvällar och andra mötestillfällen visar om och om igen hur uppskattat och viktigt det är.

Vi är öppna för alla slags kurser och retreat på Solhälla och är väldigt nyfikna på hur utvecklingen kommer att se ut i framtiden, så att fler får upptäcka Solhälla och denna fantastiska plats. 🌿

TOFVEHULT – A WAY OF LIFE



Tovehult 3, Gunnebo
070-292 63 51
www.awayoflife.se
Kurser, retreat. Uthyrer.

VAVIVA RETREATCENTER

Årdala Gammelgården,
Sparreholm
073-713 64 91
www.vaviva.nu
Retreater, frigörande dans,
yoga, mindfulness. Uthyrer.

URNATUR

Sjögetorp 3, Ödeshög
073-370 26 87
www.urnatur.se
Naturnätter, skogsbads-
retreat, kurser.

YOGARETREATS NORRLAND

Granö Beckasin Lodge,
Västana 15, Granö
www.yogaretreatsnorrländ.se
Yogaretreat i norrländsk
natur.

ÄNGSBACKA KURSGÅRD

Nyedsbacka 511, Molkom
0553-100 35
www.angsbacka.se
Kurser, retreat, festivaler.



AVALON HEALINGCENTER

Shamankurser, healingkurser, ceremonier, Sacred Womb, retreat, trumresor, behandlingar, coaching. Museröd 350, Henån, Orust
073-552 82 32
www.avalon-healingcenter.com



GULLNÄSGÅRDEN

Kurs, retreat, yoga, meditation. Ta hand om dig i underbar natur vid havet. Uthyres. Tjärnö, Strömstad
073-984 38 15 · info@gullnas.se
www.gullnas.se



HILLESGÅRDEN

Yoga, qigong, behandlingar, kurser, retreat. Uthyres. Hillesgården 452, Klippan
0435-217 09 · info@hillesgarden.se
www.hillesgarden.se



KOSMOSGÅRDEN

Kurser inom Martinus kosmologi. Uthyres även för kurser inom närliggande områden. Skarke, Varnhem
073-617 07 22
www.martinuscentervarnhem.se



THE SOUL SPACE – LYCKHEM

Vår skärgårdssidyll omgiven av hav, hagar och skogar. En plats för avslappning, rörelse, yoga och meditation. Kärleksstigen 11, Björkö
070-628 53 65
www.thesoulspace.com



SUN DANCE RANCH

Shop, kurser, retreat, healing, coaching med hästar, camping. Yggenäs Björkhaga, Ekshärad
076-820 05 79
www.sundanceranch.eu



Hyr kursgård i vackra Värmland

för kurser och event

Boka till upplevelse:
Skogsbad · Örtvandring
Dans · Avslappning

Här finns bland annat:

12 sovplatser · Lokal med inredning
Eldplats · Badtunna, bastu och jacuzzi
You Tube Yvonne Edmark Edmark · Hyr kursgård

Kom Lust & Fröjd kursgård
Kristinehamn · Även övernattnings
Yvonne Edmark, 070-357 88 01
www.komlustochfrojd.se

Dalarnas Andlig Healingcenter

kurser · föredrag · seanser · behandlingar



Min tro är att livet fortsätter efter detta liv, det är det jag försöker bevisa i mitt arbete som medium. Jag är övertygad om att alla har gåvan och möjligheten att ha kontakt med andevärlden. Vi behöver bara bli medvetna om hur.

Mixad mediumkurs Passar alla nivåer **22–24 september**

Andligt målande i Orsa **6–8 oktober**

Andlig Universell Healing Grundkurs (steg 1) **20–22 oktober**

Universum och jag Helgkurs – Personlig utveckling **27–29 oktober**

- Vägledning via telefon
 - Andlig healing via telefon
- Boka via sms 073-807 66 48



Mer information: www.andlig-healing-center.se
Anna-Karin Berg • 073-807 66 48 • ak.healingcenter@gmail.com

Mithera Development Spiritualistiska Center



Kursgård med gedigna utbildningar inom Mediumskap, Healing & Personlig Utveckling

Kurser och utbildningar inom:

- Spiritualistiskt mediumskap
- Andlig healing • Transmediumskap
- Transhealing • Tarot
- Personlig och andlig utveckling
- Djurkommunikation
- Shamansk healing o s v



NYHET!

MariaTherese Bohman Agerhill & Ulf Bohman.
Vi håller till 11 km utanför Uppsala.



www.mithera.se • info@mithera.se

DU KAN OCKSÅ BLI BUDBÄRARE!



Dela ut Free!

Mer information:

www.free.se