



## CONNECTION & CONSCIOUS ENJOYMENT

Meine **Mission:** durch interaktive Wein Tastings das Bewusstsein für eigene Bedürfnisse erhöhen und zu mehr **Verbundenheit** verhelfen.

Wir erfahren gemeinsam, dass es nicht der Alkohol ist, der uns einen tollen Abend beschert, sondern die Gesellschaft und der bewusste Genuss.

### Winetasting

#### **Interaktive und unterhaltsame**

**Moderation:** Themen wie nachhaltiger Wein, gesellschaftliche Entwicklungen und persönliche Geschichten, die inspirieren und zum Nachdenken anregen.

**Weinauswahl:** Drei Runden ausgewählter biodynamischer Weine oder alkoholfreier Alternativen, abgerundet mit einem Aperitif.

**Tasting Notes:** Professionelle Verkostungsnotizen, die dir helfen, das Erlebte in deinen Alltag zu integrieren.

**Dauer:** 3 Stunden vor Ort, in einer exklusiven Runde von 15-20 Personen.

**Für wen ist es?** Urbanes Publikum jeglichen Alters, das sich für bewusste Lebensweisen, Wein, Konsum und an persönlicher Weiterentwicklung interessiert ist

### Corporate Workshops mindful drinking

**Interaktives Format:** Praxisnahe Übungen und Diskussionen, die die Selbstwahrnehmung stärken und das Teamgefühl fördern.

**Fokus auf Prävention:** Vermittlung von Strategien für gesunde Lebensstile und den nachhaltigen Umgang mit Stress und Belastungen.

**Optionale Elemente:** Unterhaltungsformate und alkoholfreie Verkostungen, die das Erlebnis abrunden.

**Dauer:** 2-4 Stunden, optimal für einen halben Tag, je nach Unternehmensbedarf.

Ideal für 15-20 Teilnehmer.

**Für wen ist es?** Mittelständische Unternehmen und Konzerne, die ihre Mitarbeiter nachhaltig stärken wollen und in die Gesundheit und das Wohlbefinden ihrer Teams investieren möchten. Besonders geeignet für Teams, die in kreativen und stressigen Umfeldern arbeiten.

**Individuelles Angebot auf Anfrage**

LET'S UNCORK YOUR POTENTIAL!

[www.grapejourney.com](http://www.grapejourney.com) | [isabella@grapejourney.com](mailto:isabella@grapejourney.com) | [@grapejourney](https://www.instagram.com/grapejourney)



## GRAPE JOURNEY - CONSCIOUS ENJOYMENT

Deine Begleitung zu erfüllender + echter Beziehung zu dir selbst und den Menschen, die im Einklang mit deinen Werten stehen.  
Mission: durch Bewusstsein für eigene Bedürfnisse Frauen & Männer zu mehr Verbundenheit unterstützen und die Transformation anstoßen, die zum nächsten Level der persönlichen Erfüllung führt.

### **Bewusstseinscoach**

1:1 consultation online

Retreats / workshops

Insta / Community Gruppe / whatsapp

Newsletter

### **Mentorin für bewussten Konsum von Alkohol**

Brand ambassador für no  
/low wine & drinks

workbooks

community

group sessions

corporate workshops

Podcast "Glow Up Diaries"

### **Speaker & Sommelière**

Events  
online & offline

---

LET'S UNCORK YOUR POTENTIAL!

[www.grapejourney.com](http://www.grapejourney.com) | [isabella@grapejourney.com](mailto:isabella@grapejourney.com) | [@grapejourney](https://www.instagram.com/grapejourney)

---