



Märchen Workshop – Frau Holle

Lebe dein ganzes Potential!

Erforsche die Licht- und Schattenseiten deiner Persönlichkeit

Samstag: 25.9.2021, von 9.30–16.30 Uhr, mit Kreativ-Teil

Pause von 12.30–15.00 Uhr zum Essen + Kreativ-Zeit

>>> Kursart: Online via Teams,

**Kursgebühr: € 90,- , inkl. Workbook (PDF zum
Selbstaussdrucken)**

Programm:

In einem lockeren und achtsamen Rahmen werden wir in das Märchen Frau Holle eintauchen. Es erwarten dich abwechslungsreiche Übungen, Meditationen, Reflexionsfragen, Kreativ-Teil und Zeit für den gemeinsamen Austausch.

Die dazwischenliegende lange Pause von 2,5h dient als Essenspause sowie zur kreativen Umsetzung des Themas.

Im zweiten Teil beschäftigen wir uns hauptsächlich mit den daraus gewonnenen Erkenntnissen und konkreten Umsetzungsschritten. Desweiteren findest du im Skript weitere Material-, Musik- und Literaturempfehlungen.

Was du sonst noch benötigst:

Schreibzeug, Bunt- oder Wachsmalkreiden, Malzeug, Papier, Klebstift, Schere, große weiße Leinwand oder A1–A3 Fotokarton (weiß), deine Lieblingszeitschriften zum Ausschneiden.

Das Workbook sowie die Unterlagen zum genauen Ablauf erhältst du 1 Woche vor Kursbeginn.

Bei Interesse melde dich bitte bald verbindlich per E-Mail mit Name, Adresse und Handynummer an:

-> E-Mail an: annettebunke@gmx.de oder claudia@krautundfeder.at