

Teilnehmerstimmen:

„Das ist ja total wohltuend und entspannend. Das hätte ich nie gedacht. Es muss nichts entstehen, es darf was fließen. Und meine Gedanken kommen zur Ruhe.“

B.L. Heilerziehungspflegerin

„Für mich ist die Bitte, dass Gott mir etwas Gutes schenkt, in Erfüllung gegangen.“

D.S. Familienfrau

„Meditatives Malen hat meinen Horizont erweitert. Ich war erstaunt, dass ich innere Prozesse nicht nur spüren und darüber reden, sondern sie auch sichtbar machen konnte.“

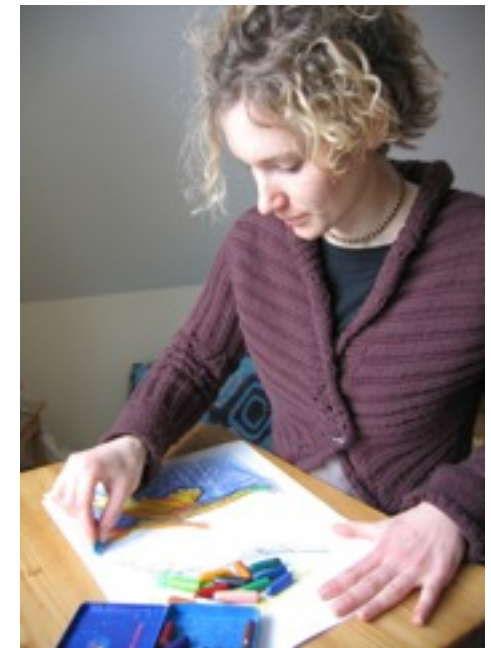
Daniel Kallauch, Liedermacher

Anmeldung

Bitte schriftlich bis 12. Juni 2010 an

ELIA
Obere Karlstr. 29
91054 Erlangen

oder per E-Mail an
info@elia-erlangen.de



Von der Hetze zur Achtsamkeit

mit Meditativem Malen

Workshop
Samstag, 19. Juni 2010
15-17 Uhr
im Gemeindehaus am Bohlenplatz



Workshopleiterin:



Andrea
Kreuzer

- Coach, Gemeindefereferentin, Buchautorin
- Weiterbildung zum Systemischen Berater am Institut für Systemische Therapie & Beratung GmbH, Berlin
- Ausbilderin für Meditatives Malen

Arbeitsschwerpunkte: Beratung und Seminare für Menschen mit Berufungs- und Zukunfts-fragen, Ressourcen-Coaching, Work-Life-Balance, Meditatives Malen
www.lebe-deine-vision.com

Veranstalter:

ELIA
Obere Karlstr. 29
91054 Erlangen

Kosten:

Kursgebühr: 20,- €
Materialgebühr: 4,00 €
Teilnehmer: max. 10

Von der Hetze zur Achtsamkeit

Einfach mal zur Ruhe kommen, auftanken, aufatmen, sich an Farben und Formen freuen.

Meditatives Malen bietet Ihnen die Möglichkeit kreativ und entspannend einen neuen Weg der Meditation auszuprobieren. Sie lernen eine Haltung und Praxis kennen, mit der Sie auch im Alltag entspannen, Gott begegnen und zur Ruhe kommen können. Vorkenntnisse im Malen oder Meditation sind nicht erforderlich.

Es erwartet Sie u.a.

- eine kurze Einführung in die Haltung des Meditativen Malens
- die Einführung in eine bestimmte Technik des Malens mit Wachsmalkreiden, sowie kreative Übungsarbeiten
- das Alleinsein mit einem Text an einem stillen Ort oder in der Natur
- Zeit zum Malen, von Dingen, die uns wichtig wurden
- eine kleine Ausstellung unserer Bilder, bei der man in einem geschützten Rahmen die Möglichkeit hat, von den Erfahrungen und Impulsen zu berichten, die man dazu gewonnen hat.

Noch Fragen ???

Wir beantworten Sie Ihnen gerne!

ELIA: 09131-203018

Andrea Kreuzer: 09842-953405

Anmeldung

Name

Vorname

Strasse

PLZ / Ort

Telefon

E-Mail

Alter

Der Workshop kann bei nicht ausreichender Teilnehmerzahl storniert werden.

Die Bezahlung erfolgt bar im Workshop.