

ATELIER

FÜR AUSDRUCK UND ENTWICKLUNG

**Laufende
Angebote für
Erwachsene**



Malen für Mütter Innehalten – Eintauchen – Da sein

Interessierst du dich als Mutter dafür, wie du im Familienalltag deine Batterien wieder aufladen und dir selber auf kreative Weise Aufmerksamkeit schenken kannst?

Im intuitiven Malen hältst du inne, tauchst in deinen kreativen Fluss ein und schöpft Kraft im Da sein.

Dienstag & Donnerstag
9.00 - 11.30 Uhr

CHF 75.- inkl. Material



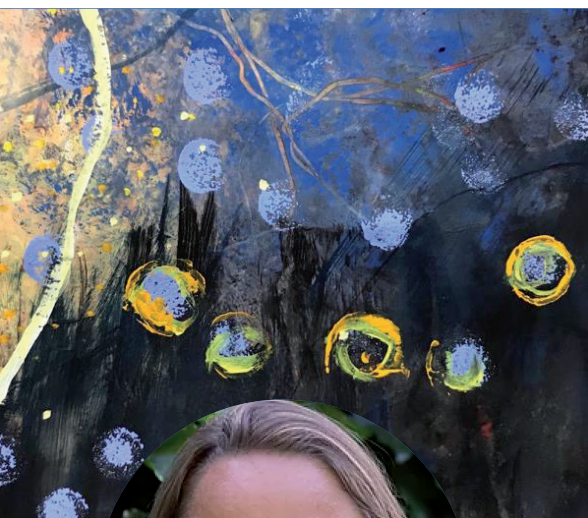
Individuelle Prozessbegleitung

Möchtest du deinen Spielraum im Leben erweitern? Hättest du gerne Unterstützung in stürmischen Lebenszeiten? Oder willst du dem Ausdruck verleihen, was dich wirklich bewegt?

In einer sicheren und achtsamen Umgebung begleite ich dich in deinem gestalterischen Prozess und deinem Erleben.

Termin nach
Absprache

CHF 120.-/h, anerkannt von EMR, Visana
und diversen Krankenkassen



Malend in den Abend Erden – Mitten – Himmeln

Möchtest du deinen Tag achtsam und kreativ ausklingen lassen? Meditation und freies Malen laden dich ein zur Ruhe zu kommen und die Seele baumeln und tanzen zu lassen. Weil's gut tut.

Mittwoch,
19-21 Uhr

CHF 65.- inkl. Material



Es sind keine Vorkenntnisse nötig, der Einstieg ist jederzeit möglich, sofern freie Plätze vorhanden sind.

Barbara Schönstein, dipl. Mal- und Gestaltungstherapeutin iac, Zollikerberg
Anmeldung und weitere Informationen:
atelier@barbaraschoenstein.ch | 079 366 34 71 | www.barbaraschoenstein.ch