

SIMONE FAFFELBERGER, BED
DIPL. GANZHEITLICHE KUNSTTHERAPEUTIN
0676 / 9022824
KUNSTTHERAPIE@HEARTART.AT
WWW.HEARTART.AT



Women's self care

KUNSTTHERAPEUTISCHER WORKSHOP FÜR FRAUEN

KEINE VORKENNTNISSE NOTWENDIG!

19. FEBRUAR • 9-14 UHR
21. MAI • 9-14 UHR
03. SEPTEMBER • 9-14 UHR
19. NOVEMBER • 9-14 UHR

INKL. PAUSEN

ES GELTEN DIE AKTUELLEN CORONA – REGELUNGEN.
VERBINDLICHE ANMELDUNG UNTER:

WWW.HEARTART.AT ODER 0676 / 9022824

FINDET STATT BEI:

HERZENSLICHT, NEUSSERGASSE 9, 2721 BAD FISCHAU - BRUNN





Women's self care

WARUM WOMEN´S SELF CARE?

MÜDE, ENERGIELOS, AUSGEBRANNT, AUF DER SUCHE NACH ETWAS NEUEM?
LUST AUF KREATIVITÄT, RITEN IM JAHRESRHYTHMUS, ZEIT NUR FÜR DICH?
ENDLICH WIEDER INS SPÜREN KOMMEN, IN KONTAKT KOMMEN MIT
GLEICHGESINNTEN FRAUEN?

DANN IST WOMEN´S SELF CARE GENAU FÜR DICH GEMACHT:

- MEDITATION, FANTASIEREISEN, KREATIVES TUN, NATUR
- BEWEGUNG / TANZ, MUSIK, MIXED MEDIA, THEORETISCHER INPUT

WAS DU DIR FÜR DICH MITNEHMEN KANNST:

- SICH SELBST WIEDER BESSER SPÜREN
- DAS EIGENE HERZ FÜR SICH SELBST ÖFFNEN
- SELBSTFÜRSORGE IM KREIS VON GLEICHGESINNTEN FRAUEN
- WERKZEUGE & MUT UM DEN HERAUSFORDERUNGEN IM ALLTAG GUT BEGEGNEN ZU KÖNNEN
- EIGENE KREATIVITÄT UND RESSOURCEN ENTDECKEN
- THEORETISCHER INPUT ZUM THEMA SELBSTFÜRSORGE, INNERES KIND, BURNOUT-PRÄVENTION, LEBENDIGKEIT, INTUITION
- AUFGABEN ZUM WEITERARBEITEN
- SCHRIFTLICHE UNTERLAGEN

THEMEN:

1.TERMIN: „INS SPÜREN KOMMEN“ – WÜNSCHE FÜRS NEUE JAHR/ ALTLASTEN ABBAUEN - LEBEN GESTALTEN

2. TERMIN: „BEWEGUNG IST DER RHYTHMUS DES LEBENS“ – IN BEWEGUNG KOMMEN/LEBENDIGKEIT

3.TERMIN: „DEN SOMMER AUSATMEN“ – ERNTE EINFAHREN

4.TERMIN: „JAHRESABSCHLUSS“ - DANKBARKEIT

DEINE INVESTITION IN DICH SELBST:

EINZELTERMIN Á 68€ + 7€ MATERIALBEITRAG

BEI BUCHUNG ALLER 4 TERMINE BIS ZUM 31. DEZEMBER:

270€ STATT 300€ (INKL. MATERIAL)

BUCHUNG ALLER 4 TERMINE BIS ZUM 12. FEBRUAR:

285€ STATT 300€ (INKL. MATERIAL)

SOLLTE ES ZU EINEM ERNEUTEN LOCKDOWN KOMMEN, WERDEN DIE TERMINE ONLINE ÜBER ZOOM STATTFINDEN.

