

## Schenk dir eine Auszeit

Malen ist eine Möglichkeit, sich vom Alltag zu erholen und sich wieder auf sich selbst zu konzentrieren. Kreativität führt zu einem erweiterten Handlungsspielraum und fördert die Selbstwahrnehmung. Es geht um Freude und Lust an den Farben, Formen und am kreativen Tun. Sie erfahren im Workshop, wie Sie kreative Impulse entfalten können und lernen alternative Entspannungstechniken kennen. Sie gewinnen neue Perspektiven und entdecken neue Kraftquellen für den Alltag

### Information

<b>Kursdauer:</b>	4 Einheiten
<b>Kursbeitrag:</b>	69,00 € Teilnahmebeitrag (plus ca. € 7 für Material)
<b>Fachbereich:</b>	Persönlichkeit & Kreativität
<b>Zielgruppe:</b>	alle Interessierten
<b>Mitzubringen:</b>	Sämtliche Materialien werden von Trainerin bereitgestellt. Die eigene Malschürze kann gerne mitgebracht werden.

### Verfügbare Termine