



Visionen und Träume

Nimm dir Zeit für deine Träume! – Kreativzeit mit Ziele-Collagen und Achtsamkeit

Willst du deinen Wünschen und Träumen näher kommen?

Möchtest du spielerisch und kreativ herausfinden, was du für dich umsetzen und erreichen kannst?

Wünschst du dir mehr Zugang zur Stimme deines Herzens?

Dann bist du herzlich eingeladen, dein eigenes Vision Board in Form einer Ziele-Collage für 2024 zu gestalten!

Über die Arbeit mit Bildern besteht ein guter Zugang zu echten Gefühlen und Bedürfnissen. Ziele-Collagen, auch Vision Boards genannt, helfen uns dabei, uns mit unseren Träumen und Wünschen zu verbinden und diese nicht mehr länger aus den Augen zu verlieren. Um unseren Kopf mit unserem Körper - unseren Bedürfnissen - zu verbinden, wird der Workshop mit kleinen Micro-Meditationen und Klangreisen begleitet.

Gruppengröße: maximal 8 Teilnehmerinnen*

Termin: Sonntag, 14. April 2024 von 14.00 – 18.00 Uhr

Anmeldeschluss: 8. April

Kostenbeitrag . Euro 50,-- / Euro 10,-- für Bezieherinnen* von Bürgergeld

Leitung: Susanne Wagner
Systemischer & Yoga Coach
lassdichsein@ MindfulCoaching
Potentialentfaltung durch Achtsamkeit.
ganzheitlich. achtsam. authentisch.