

Gestalt-Netzwerk Südwest e.V.

Gislaine Blezinger: „Selbstfürsorge: Den Brunnen füllen“

Ein Tag mit Ausdrucksmalen

Als TherapeutInnen geben wir beständig, wir sind für die Anderen da, begleiten sie. Die Kraftreserven sind nicht unendlich. Regelmäßig aufzutanken, den Brunnen zu füllen, ist wichtig. Den Quell der Lebensfreude und Kreativität fließen lassen, um dann immer wieder erfrischt aus einer „vollen Schale“ zu schöpfen, ist wichtig.

Der größte Teil diese Workshops ist der Selbsterfahrung mit Ausdrucksmalen gewidmet. Zeit und Raum ganz für Sie selbst. Wir besinnen uns auf uns selbst, halten inne, spielen mit Farben und Formen. Wir folgen ohne Themenvorgabe und ohne Bewertung schöpferisch dem eigenen Tun, spielerisch und selbstvergessen. Wir lassen unsere Neugier freien Lauf und entdecken die Lust am Experimentieren. Wir malen in einem geschützten Raum ohne Wertung und Bewertung. Es gibt kein bestimmtes zu erreichendes Ziel und keinen Leistungsdruck, es gibt nur absichtsloses kreatives Tun. Und oft am Schluss dieses Glücksgefühl, weil wir unser ureigenes Bild erschaffen haben, das für uns stimmig ist.

Ich begleite euch dabei, eure eigene Spur zu finden. Ich unterstütze euch dabei, eure Bedürfnisse aufzuspüren und mit euch selbst und für euch selbst kreativ zu sein.

Es sind keine Vorkenntnisse im Malen erforderlich. Ihr müsst nicht malen können! Ihr malt stehend an der Wand, auf Papier, Grundformat 100 x 70 cm mit wasserlöslichen Gouache-farben.

Bitte bequeme Malkleidung mitbringen, v.a. Schuhe

Termin:	Samstag, 22.09.2025
Samstag:	11.00 - 18:00 Uhr Workshop
Ort:	Max- Josef- Str. 30, 681672 Mannheim
Kursgebühr:	€ 100,- Mitglieder und € 130,- Gäste

Hiermit melde ich mich verbindlich zum Workshop „Selbstfürsorge: Den Brunnen füllen“ an. Ich verpflichte mich zur Teilnahme an der o.g. Fortbildung. **Bis 4 Wochen nach Erhalt der Ausschreibung werden Mitglieder bevorzugt!** Danach erfolgt die Teilnahme in der Reihenfolge der Anmeldung. Ein kostenfreier Rücktritt ist bis 6 Wochen vor Kursbeginn möglich, danach sind die Fortbildungskosten zu zahlen, falls es nicht gelingt, den Platz wieder zu besetzen.

Anmeldung bis 15. August 2025 an: info@gestalt-netzwerk.de

Name: _____

Anschrift: _____

Telefon: _____ Mail: _____

(Ort)

(Datum)

(Unterschrift)

Bitte um Überweisung des Betrages bis zum 01. September 2025

Sparkasse Heidelberg. IBAN: DE62 67250020 0009099530 BIC: SOLADES 1 HD