

Kraft der Gefühle

Teil 1: Emotionale Kompetenz kann man lernen

Vortrag für Frauen, mit Gespräch und Übungen
zur Orientierung in der Welt der Gefühle (nach Vivian Dittmar)

mit Gudrun Wiesinger

Integrative Bewegungstherapeutin, Pädagogin für Bewegung und Musik

Hotel Grischa

**Freitag, 20. März 2020,
20:00 Uhr (gute zwei Stunden)**



GEFÜHLE sind in BEWEGUNG

Gefühle sind wie Wellen, mal sanft, mal überschäumend und überwältigend. Wie begegnest du deiner Gefühls-Welt? Surfst du voller Lebendigkeit und Freude auf den Wellen oder versuchst du ihnen zu widerstehen? Der Abend dient dazu, dich in deiner persönlichen Gefühle-Welt zurecht zu finden und die Kraft der Gefühle im Alltag nutzen zu können.

Der Abend ist für FamilienRatsmitglieder gratis, Nichtmitglieder bezahlen 15 Franken
Der Besuch des 1.Teils ist Voraussetzung für das Seminar Wut-Mut am 21.3.

FamilienRat Davos
www.familienratdavos.ch

