

AKTIVPROGRAMM FAMILIENRAT DAVOS 2020

Kraft der Gefühle

Teil 2: Wut und Mut, ein Erfahrungsraum

Seminar für Frauen mit Gudrun Wiesinger

Integrative Bewegungstherapeutin, Pädagogin für Bewegung und Musik



Hotel Grischa

Samstag, 21. März 2020,

9:00 Uhr bis ca. 12.15 Uhr (mit gemeinsamem Znüni)



Besuch des Vortrags am Freitagabend ist Voraussetzung.

Die meisten Menschen verdrängen das Gefühl Wut lieber, aus Angst vor unangenehmen Folgen. In der Auseinandersetzung können wir aber kraftvolle, vitale und hilfreiche Facetten erkennen. Wir wollen mutig diese Lebenskraft wecken, körperlich und energetisch erleben und sie sichtbar machen.

Es geht um ein Bewusstwerden, wie wir mit eigenen und fremden Grenzen umgehen, wie wir unsere Bedürfnisse und Wünsche vertreten, Entscheidungen treffen und Beziehungen klären.

Beschränkte Teilnehmerinnenanzahl

Anmeldung notwendig unter <https://doodle.com/poll/82kvut6e6nmnr3ff>

**FamilienRatsmitglieder zahlen 10 Franken,
Nichtmitglieder 25 Franken.**

FamilienRat Davos
www.familienratdavos.ch

