

Zeit für Deinen Inneren Frühjahrs - Putz

- * Welche Bedürfnisse sind verstaubt?
Welche Gewohnheiten gehören
ausgemistet?
- * Welche Prioritäten solltest Du
aufpolieren?
- * Was darf in Dir erwachen?
Was kann (noch mehr) wachsen?
Was soll (wieder) erblühen?

Gestalttherapeutisches Selbsterfahrungsseminar

23. bis 25. Mai 2025

Freitag ab 19 Uhr
Sonntag bis 14 Uhr
in der Praxis



Lebendig im Kontakt

SASKIA MEYER

An diesem Wochenende hast Du die Möglichkeit in einem wertschätzenden Rahmen mit Dir, Deinen Bedürfnissen, Zielen und Visionen in Kontakt zu kommen. Gemeinsam erforschen wir die Frage, wie Dein Innerer Frühjahrsputz Deine Ressourcen aktivieren kann, damit Du (wieder) auf - leben und er - blühen kannst. Wir arbeiten auf Grundlage der Gestalttherapie mit verschiedenen Methoden wie Fantasiereisen, Meditation, Achtsamkeitsübungen, Imagination, Bewegung und Ausdruck.

Teilnahmebeitrag : 200 - 250 € (nach Selbsteinschätzung)

**Freitag, 23.05.2025 ab 19 Uhr bis
Sonntag, 25.05.2025 bis 14 Uhr**
(Übernachtung ist vor Ort möglich)
in der Praxis



Lebendig im Kontakt

SASKIA MEYER

Postweg 36, Oberhausen

Wir freuen uns auf Deine Anmeldung:

MARC KUBA

Gestalttherapeut
Dipl. Wirt. Ingenieur, Tischler

0176/30463139- marckuba@gmx.net



SASKIA MEYER

Gestalttherapeutin, Traumafachberaterin,
Rehabilitationspädagogin

0170/3251192 - mail@lebendig-im-kontakt.de