

MEER-KLANG IN DIR

Kreative Auszeit für dich!

Schreiben
Malen & Gestalten am
Segelboot

29.9 - 3.10.2024
KROATIEN

mit Astis Schrag &
Evelyn Vrecer



Salzige Luft
Die Weite des Meeres einatmen
Raum der Fantasie öffnen
Kreative Energie fließt

Du kommst am Segelschiff an, hörst das Meeresrauschen und Kreischen der Möwen. **5 Tage voller Leichtigkeit und Tiefgang** liegen vor dir. Lachen, staunen, erfahren. Lass dich vom Schaukeln des Schiffs tragen, entdecke die Olivenhaine und Pinienwälder am Strand. Sammle Steine und Muscheln, Wörter und Bilder. Komm bei dir an.

Du erfährst in diesem Workshop die Kraft des **eigenen Schreibens** und **kreativen Malens & Gestaltens** am Segelboot und der Umgebung des Strandes. Zeit für dich, Gefühlen und inneren Bildern nachzuspüren, einen **Ausdruck** zu finden. Die gemeinsame Arbeit in der Gruppe bietet dir Anregung, Austausch und Reflexionsmöglichkeit. Schicht für Schicht wirst du Neues entdecken und der **archaischen Kraft der Elemente** näherkommen.

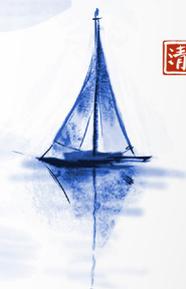


Ablauf

Morgens starten wir nach dem Frühstück. Übungen in der Gruppe, allein oder in Kleingruppen wechseln einander ab. Du wirst schreiben, malen und gestalten. Reflexions- und Besprechungseinheiten vertiefen den Prozess. In der Mittagspause findest du Zeit für dich. Der Nachmittag intensiviert die persönlichkeitsbildende Arbeit. Freu dich auf den Abend: am Segelboot mit den Wellen schaukeln, dem Wind lauschen, ein Glas Rotwein trinken, sich Geschichten erzählen, lachen.



Entdecke den MEER-
Klang in dir.



Kursleiterinnen

Malen und Gestalten mit Evelyn Vrečer

„Das Anschauen und Verfertigen der inneren Bilder bedeutet das Lebendigmachen der Seele“. C.G. Jung

Evelyn entführt dich mit ihrer Erfahrung als **Mal- und Gestaltungstherapeutin** in die Welt der Farben, Formen und Bilder. Unbewusst wirst du im **Gestaltungsprozess** dem Rhythmus deiner Gefühle folgen und mithilfe von **Farben und Symbolen** deine Persönlichkeit zum Ausdruck bringen. Dadurch findest du zu neuen Blickwinkeln und ermöglichst eine Verbindung zu dir und deinem Unbewussten.



Kreatives Schreiben mit Astis Schrag, M.A.

Tautropfen und Zaubernacht - gelassen atmet der Tag sein Ritual (nach R. Ausländer)

Astis begleitet dich als **Schreibwerkstattleiterin und -pädagogin** & Mal- und Gestaltungstherapeutin mit wirkungsstarken Übungen, um ins eigene Schreiben zu finden. Schreiben ist ein achtsamer und kraftvoller Weg des **Selbstaudrucks**. Du erhältst methodische und fachliche Impulse, erlebst den **Flow** der Gruppe. Du wirst deine Texte lesen - spürst deine Stimme, deinen Atem, erfährst Feedback und Resonanz der Gruppe. Neue Räume entstehen.



Preise

Seminargebühr: 530,- €

Max. Teilnehmer: 6 Personen

Arbeitszeit: ca. 28 Stunden

Start: 29.9.2024 um 10 Uhr

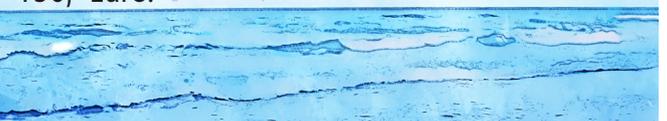
Ende: 3.10.2023 um 13 Uhr

Zur Vertiefung oder Bearbeitung persönlicher Anliegen kannst du auch **Einzeleinheiten** bei Evelyn oder Astis buchen (à 60,- €)

Special!

Nach Möglichkeit inkl. **Halbtages-Segelboot-Törn** auf der „Vomp“ Bavaria 50.

Auf Anfrage und nach Verfügbarkeit hast du die Möglichkeit, **auf der Vomp zu schlafen:** 130,- Euro.



Anmeldung und Infos

Evelyn Vrečer: E-Mail: office@evelynvrečer.at
www.evelynvrečer.at | 0664/47 11 665

Astis Schrag: E-Mail: mail@textbau.at
www.textbau.at | 0664/333 61 36

Unterkunft & Anreise

Anreise und Zimmerbuchung sind bitte **selbständig zu organisieren**.



Es wird seitens der Veranstalterinnen empfohlen, eine Reiseversicherung abzuschließen. Die Teilnahme erfolgt auf eigenes Risiko und in eigener Verantwortung.



Storno und Haftung

Bei ungenügender TeilnehmerInnen-Anzahl, Krankheit oder aus anderen wichtigen Gründen kann seitens der Veranstalterinnen der Kurs abgesagt werden - bereits geleistete Zahlungen werden umgehend refundiert. Ein schriftlicher Rücktritt der KursteilnehmerIn bis 30 Tage vor Kursbeginn ist kostenlos. Bis 15 Tage vorher: 50 % Stornogebühren. Ab 14 Tage vorher: 100 % Storno. Eine Ersatzperson kann durch den/die TeilnehmerIn gestellt werden.