



MEIKUN

Achtsamkeitsbasiertes Kreativtraining zum Thema „Achtsame Kommunikation“

Unser Alltag ist bestimmt von Hektik und vollen Terminkalendern und es geschieht leicht, dass es zu schwierigen kommunikativen Missverständnissen kommt. Im Workshop werden wir durch Übungen der **Achtsamkeitspraxis** und des **Kreativtrainings** Erkenntnisse in achtsamer Kommunikation gewinnen, die leicht in den Alltag übertragen werden können.

Wer?

Der Workshop richtet sich an Menschen, die mehr über sich und ihre Kommunikationsmuster erfahren wollen - es sind keine Vorerfahrungen mit Meditation oder künstlerischem Gestalten notwendig

Wann?

Mittwoch 01.06.2022
18.00Uhr -21.00 Uhr
(inkl. kleiner Pause)

Wo?


astorgano und mai
Zentrum für ganzheitliche Therapie
Bahnhofstr. 18
78462 Konstanz

Wieviel?

45,- EUR (inkl. MwSt und Material)
Bring gerne deine Yogamatte mit :)

Wir freuen uns auf dich!

Siri und Tessa



Siri Nase +49 177 9575401
Tessa Roumidis +49 163 2564490

Mehr Infos über uns und unsere (online) Angebote
www.meditationundkunst.de

Anmeldung unter
info@meditationundkunst.de

