

## **Verband Katholisches Landvolk e.V.**

Jahnstraße 30, 70597 Stuttgart  
Tel.: 0711 9791-4580  
E-Mail: vkl@landvolk.de



Februar 2024

### **Pressemeldung**

#### **Die Quellen deiner Kraft - Selbstwert stärken und Gefühle klären**

Der Verband Katholisches Landvolk bietet unter der Leitung von Marion Betz (Kunsttherapeutin) in geschützter Atmosphäre einen Schreib- und Mal-Workshop für Frauen von Sa 11.05. – So 12.05.24 im Johann-Baptist-Hirscher-Haus, 72108 Rottenburg a.N. an. In diesem Seminar für Frauen jeden Alters geht es darum, den eigenen Lebensweg liebevoll zu betrachten und passende neue Ziele zu finden oder frühere, unverwirklichte Ziele neu anzugehen. Im Alltag nehmen wir uns wenig Zeit zum inneren Sortieren – dieser Kurs bietet die Möglichkeit, in achtungsvoller Atmosphäre den Kompass neu auszurichten. Die erfahrene Referentin gestaltet die Übungen humorvoll und spielerisch. Den inneren Reichtum tatsächlich sehen und erleben zu können, geht mit keiner Methode so leicht wie mit der Kunsttherapie. Zusätzlich entstehen in den einfachen Schreibübungen der Bibliothherapie berührende Texte, die dir innere Klarheit bringen. Durch die reichhaltige Kombination mit weiteren Coachingmethoden sind wertvolle Erkenntnisse quasi „unvermeidbar“ und können in den Alltag mitgenommen werden. Die Teilnehmerinnen werden sich u.a. mit folgenden Themen beschäftigen:

*Passt das noch oder kann das weg? Welche Werte meines Familiensystems sind wertvoll und welche passen nicht mehr zu mir?*

*Nein ist ein ganzer Satz.* Sich Abgrenzen ohne schlechtes Gewissen, statt geben bis zur Erschöpfung.

*Hier stehe ich – ich kann auch anders!* Wann es besser ist, weiter zu gehen, statt stehen zu bleiben.

*Muss es immer schwer sein?* Spaß und Leichtigkeit einladen statt im Grübelkarussell die immer gleichen Runden drehen.

*Was wäre, wenn ich mich nicht ändern müsste?* Entdecke deinen angeborenen inneren Reichtum und deine Kreativität. Eine neue Sicht auf dich selbst.

Webseite der Referentin: [www.Mal-Weise.de](http://www.Mal-Weise.de)

Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Kosten: € 320,- Malmaterial, Übernachtungs- und Verpflegungskosten inklusive.

Anmeldung bis Fr 19.04.2024 bei [vkl@landvolk.de](mailto:vkl@landvolk.de) oder unter 0711 9791-4580.

Teilnehmerzahl begrenzt. Mindestteilnehmerzahl: 4.