



Jutta Simons / Dipl. Kunsttherapeutin (ED)
Praxis für Kunsttherapie
Schulstrasse 2, 8952 Schlieren
Tel.: 076-325 22 14
info@jutta-simons.ch
www.jutta-simons.ch

Kunsttherapeutische Kleingruppe «Stärken Sie Ihr seelisches Immunsystem»

Befinden Sie sich gerade in einer schwierigen Lebenssituation? Suchen Sie Entspannung und Stabilität? Möchten sie für sich neue, kreative Lösungsmöglichkeiten entdecken und in einer Gruppe Gemeinschaft erleben, sich gegenseitig inspirieren und unterstützen?

In der Praxis für Kunsttherapie steht ihnen ein geschützter Raum zur Verfügung, indem Sie die Gelegenheit haben, Ihre inneren Widerstandskräfte zu entdecken. Diese Kräfte schlummern oft in uns, ohne dass wir sie so richtig wahrnehmen. Sie haben uns schon oft geholfen, über Krisen hinwegzukommen. Sie können ihre persönlichen Energiequellen finden und Energielöcher identifizieren oder einfach beim Malen Ruhe und Entspannung finden. Mit Bildern, Gestaltungen, Imaginationsreisen u.a. werden wir diese schlummernden Kräfte wecken und für sich nutzbar machen. Durch anregende Einstiegshilfen findet jede/r seine eigene Ausdrucksform. Dabei darf auch der Humor nicht fehlen. Die Bilder werden nicht bewertet. Jedes Bild hat seine eigene Schönheit und Ästhetik. Dafür braucht es keinerlei gestalterische Vorkenntnisse.

Ablauf:

Freitagnachmittag jeweils 2 1 /2 Stunden, 13.30h-16.00h

Daten: 11.6., 25.6., 9.7., 23.7., 30.7.

Ab September Weiterführung möglich. Daten folgen

Kosten für 2 ½ Stunden CHF 90.—inkl. Material

Krankenkassen anerkannt. Mit einer Zusatzversicherung sind Kostenzusprachen bei den meisten Krankenkassen möglich.

Gruppengrösse: mind. 2 Personen, max. 5 Personen.

Das Angebot eignet sich auch nach einem Klinikaufenthalt, oder als Ergänzung zu einer Gesprächstherapie.