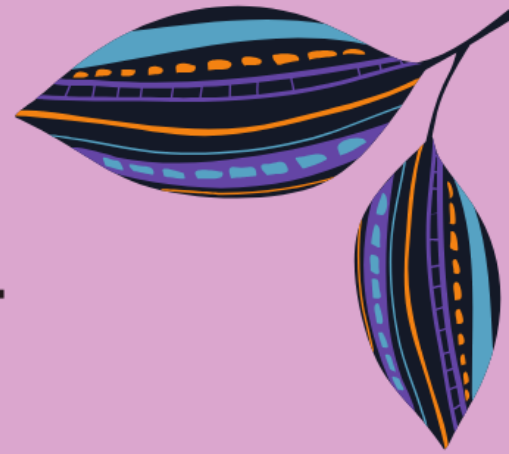


Workshop “Deine innere Resilienz- Pflanze entdecken”



Resilienz, Widerstandskraft,
Selbstfürsorge und Regeneration.
Große Worte – aber was steht für
dich dahinter? Was bedeutet es für
dich, fürsorglich für dich und die
Welt zu sein?

Was brauchst du, um in Anbetracht
der vielfältigen Krisen lebendig und
handlungsfähig zu bleiben?

**NEUER
TERMIN!
14.2.24
ES GIBT NOCH
FREIE PLÄTZE!**

**14.2.2024
17-20 UHR
IN FELLBACH**

**TEILNAHME: IST KOSTENLOS/- 27 JAHREN,
FAHRTKOSTEN KÖNNEN ERSTATTET WERDEN.
ANMELDUNG BIS 09.02.24 AN
LU.KENNTNER@VLSP.DE**

Mithilfe der Metapher **“Pflanzenwelt”** erforschen wir über **Bewegung/Tanz, Malen und Schreiben**, wie wir in Kontakt mit unseren eigenen **Ressourcen, Bedürfnissen, Grenzen und Kraftquellen** kommen und bleiben können. Gefundenes kann über kreative Elemente den Weg nach Außen finden und andere inspirieren. Der Workshop soll einen Raum bieten, sich mit anderen Menschen über das Thema **Resilienz auszutauschen** und voneinander zu lernen.





Es ist keinerlei Sportlichkeit, Tanz- Mal oder Schreiberfahrung notwendig, alle **lsbtiqa* Menschen** und **Körper** sind willkommen, ganz unabhängig davon, wie euer Verhältnis zum eigenen Körper und der Bewegung darin ist. Tanz im Verständnis von **Tamalpa Life/Art Process** kann bedeuten, den kleinen Zeigefinger zu bewegen oder zu atmen. Es geht um den **Prozess** und das **persönliche Erleben**, nicht um ein künstlerisches Endprodukt.

Bitte Anmelden, max. Teilnehmer*innenzahl = 14
Bitte Mitbringen: Bequeme Kleidung, wenn du hast ein Notizbuch.

Die genaue Adresse wird nach Anmeldung bekannt gegeben, der Raum befindet sich im 3. OG und ist mit einem Aufzug zugänglich.

Workshopleitung:

Lu Kenntner, Psycholog*in, Tamalpa Life/Art Process (Teacher Training Graduate), Mitarbeiter*in beim VLSP* e.V. im Projekt „Queer und Stark“.

Lu ist weiss, queer, nicht-binär und able-bodied positioniert.

Kontaktiere uns gerne, wenn du genauere Fragen zum Ablauf, Zugängen, Barrieren hast oder zusätzliche Informationen und/oder Unterstützung brauchst

lu.kenntner@vlsp.de, mobil: +49 1774674338,
VLSP* e.V., Reinsburgstraße 82, 70178 Stuttgart
www.vlsp.de

