



## Der Achtsame

## Die Auseinandersetzung mit...

... mit Gefühlen und Gedanken

... der Wirkung verschiedener Farben auf dich

Achtsam von Kopf bis Fuss wahrnehmen und in Form und Farbe zum Ausdruck bringen.

**...lebe bewusst!**

Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

Daten: 23. Mai und 6. Juni 2019

Zeit: 18.30 – 21.30 Uhr

Ort: Friedhagweg 47, Bremgarten

Kosten: CHF 140.– (inkl. Material)

Anmeldung bis 10. Mai 2019

barbara-ramseier@bluewin.ch

oder 079 660 49 73

Mitbringen:

– Experimentierfreude

– Malschürze (z.B. altes Hemd)

3 bis 6 Teilnehmer