

„Begegnung erleben“

In diesen vier Workshops, basierend auf dem Tamalpa Life/Art Prozess, wird ein Rahmen geschaffen, in dem du über den Körper und Bewegung sowie über kreativen Ausdruck durch Malen dir selbst, deinen Gedanken, Gefühlen, deinem Körper, deinen Bewegungen und aktuellen Themen begegnen kannst. Wir erforschen, wie wir anderen Menschen begegnen wollen und können und wie wir dabei uns selbst nicht vergessen. Auch wirst du erleben, wie du dem physischen Raum, der dich umgibt, durch verschiedene Körperübungen und Bewegungen begegnen kannst und was das mit deinem Fokus und deinem Wohlbefinden macht. Wir stellen die Frage, wie all diese Begegnungen zusammenhängen und sich gegenseitig beeinflussen.

Themen, die dich aktuell beschäftigen, können Raum für Reflektion und Ausdruck bekommen. Vielleicht gewinnst du neue Perspektiven, findest heraus, was du gerade brauchst und wie du für dich und andere gut sorgen kannst. Selbstwahrnehmung, Gruppenprozesse und gegenseitige Wertschätzung spielen eine wichtige Rolle.

Du musst keine speziellen künstlerischen oder tänzerischen Fähigkeiten haben, denn es geht nicht um das Erstellen eines Endprodukts, sondern um den Prozess und das persönliche Erleben. Schließe dich dieser Erfahrung an und erlebe die Art von Begegnung, die gerade gut für dich ist.

Bring bitte bequeme Kleidung mit, in der du dich gerne bewegst.

Die Termine hängen zusammen, du kannst dich aber auch einzeln und unabhängig nur für einen der Termine anmelden.

Workshopleitung: Lu Kenntner, Psycholog*in und "Tamalpa Teacher Training Graduate", Berater*in und Bildungsreferent*in bei tgbw e.V. in Stuttgart, im Projekt Elvan Alem (<https://www.elvan-alem.de>). Lu agiert aus einer weißen, (gender)queeren, non-diability Rolle heraus.

Tamalpa Life/Art Prozess: <https://www.tamalpa-germany.de/>

Termine:

Die Workshops bauen aufeinander auf, aber auch ein einzelner Termin kann besucht werden.

-26.04.2023

-17.05.2023

-14.06.2023

- einen vierten Termin werden wir gemeinsam suchen

Uhrzeit: 18:30 - 21:00

Anmeldung bitte an: schalomundsalam@kubusev.org

Ort: in Stuttgart Süd. (genauer Adresse wird nach Anmeldung bekannt gegeben)