
In der Lebensmitte – und jetzt?

KREATIV ANTWORTEN FINDEN



NOVEMBER

8.–10.11.2024

ANNIKA SCHMIDT

Kunsttherapeutin BZ

079 929 77 02 | a2-kunsttherapie.ch

CLAUDIA IMHASLY

Art Coach, Kunsttherapeutin

079 339 44 93 | okapi.ch

JETZT ANMELDEN: atelier@okapi.ch

Als Heldin, Held in die zweite Lebenshälfte!

Wo im Leben stehst du gerade? – Die Jahre vergehen, schnell. Bist du da, wo du hinwolltest?

Du hast intensiv gelebt: Du hast Ausbildungen abgeschlossen, Berufe ausgeübt, Karriereziele erreicht. Du bist Beziehungen eingegangen, hast eine Familie gegründet, die Kinder sind gross und selbstständig. Du pflegst Freundschaften. Du nimmst dir Zeit für Hobbies, treibst Sport, ...

Oder auch nicht.

Die erste Lebenshälfte liegt hinter dir. Du bist geistig reifer geworden, dein Körper hat sich verändert.

Und jetzt?

Was willst du noch erreichen? Was ist jetzt erst möglich und was geht nicht mehr?

Wo liegen deine Ressourcen und wie kannst du sie aktivieren?

Im Wochenendseminar machen wir eine kreative Standortbestimmung: Wir würdigen das Erreichte, erkunden die Gegenwart und blicken auf die zweite Lebenshälfte. Unser Ziel ist, Möglichkeiten zu erkennen und Antworten zu finden.

Dafür begeben wir uns auf eine Heldinnen- und Heldenreise. Wir schauen in deinen «Lebensrucksack», sortieren den Inhalt und packen neu. Wir arbeiten mit Imaginationen, Farben, Ton und anderen Materialien.

Wann	Freitag, 8. Nov. 2024 – von 18.00 bis 20.30 Uhr Samstag, 9. Nov. 2024 – von 09.30 bis 17.00 Uhr (eine Stunde Mittagspause) Sonntag, 10. Nov. 2024 – von 09.30 bis 16.00 Uhr (eine Stunde Mittagspause)
Wo	Atelier OKAPI, Feldstrasse 43, 8004 Zürich
Was braucht's	Bequeme Kleidung. Verpflegung für die Mittagspause. Keine Vorkenntnisse nötig.
Wieviel	375 CHF/Person (max. acht Personen)



Yvonne
&
Paulina



WIR FREUEN UNS AUF DICH!
