

Tanz und seine heilende Kraft

Tanz. Bewegung und Kreativität sind meine Zutaten um Körper – Seele – Geist zu vereinen!

Zwischen Ausgelassenheit im Tanz und Nachspüren in Stille entfalten sich Lebendigkeit und Wohlbefinden. Vertrauen in sich und Andere entwickelt sich durch spielerische Erkundung des eigenen Bewegungsraumes und der Begegnung in Achtsamkeit mit Anderen.

„Aus Freude tanzen und vor Jammer halb in Stücke gehen“ sagte schon Trudi Schoop, eine Pionierin der Tanztherapie. Alles kann im Tanz ausgedrückt werden. Emotionen oder innere Bilder können von Anderen ohne Worte „verstanden“ werden.

Vorgegebene Themen oder freie Zugänge – das entscheiden die Tänzer und Tänzerinnen. Vorerfahrungen im Tanz sind nicht notwendig. Erwünscht ist Freude an Bewegung zu Musik, Neugier auf sich und Andere, Interesse an freier Bewegung und Selbst-Ausdruck als Weg zu mehr innerer Freiheit.



Referentin: Irmela Boden arbeitet
als Heilpraktikerin mit Tanz- und Gestalttherapie,
EX-IN Trainerin für Angehörige
freischaffende Künstlerin mit Ausdruckstanz

17. März 2018
von 10 – 17 Uhr

**Ort: Praxis - Lust am Sein, Kurbrunnenstrasse 30,
52066 Aachen, Nähe Hbf- Durchgang zum Acive
Zentrum**

Teilnahme, Snacks und Getränke sind kostenfrei. Teilnahme ist nur **nach Anmeldung bis zum 10.3.2018** beim LPE NRW Doris Thelen unter Tel. 0241/9976831 oder per E-Mail an doris.thelen@psychiatrie-erfahrene-nrw.de möglich! Für eine verbindliche Anmeldung sind vorab 10 € Anmeldegebühr, das sogenannte Reuegeld, auf das LPE NRW Konto zu überweisen, diese 10 € gibt es während des Seminars zurück – sonst nicht.

Bankverbindung des LPE NRW: Bank für Sozialwirtschaft IBAN:
DE98370205000008374900 BIC: BFSWDE33XXX

Die TeilnehmerInnenzahl ist auf 12 Menschen begrenzt. Ein Fahrtkostenzuschuss für Bedürftige -billigste Möglichkeit- kann nur bei der Anmeldung beantragt werden.
