

Rahmen

Zeit: 14.00 - 17.00 Uhr

Preis: CHF 145.--

Im Preis enthalten sind:

- hochwertige Farben und Malutensilien
- Getränke und Snacks

Termine und jeweilige Workshop-Themen werden separat ausgeschrieben.

“Nicht das künstlerische Ergebnis steht im Mittelpunkt, sondern deine persönliche Wahrnehmung, Erfahrung und dein kreativer Ausdruck.”



Marina Nada Cassani
Kunst-Therapeutin
Bremgartenstrasse 17b
5443 Niederrohrdorf
079 | 400 31 71
marina.cassani@gmx.ch



Marianne Graber
Klang-Therapeutin
Zugerstrasse 116
6330 Cham
079 | 669 62 36
marianne-graber.ch
info@marianne-graber.ch



Malen Klang Kristalle Meditation

Dein Raum für kreative Seelenzeit



Malen, Klang, Kristalle, Meditaiton

Gönne dir eine Auszeit vom Alltag und tauche ein in einen geschützten Raum der Stille, Entspannung und kreativen Entfaltung.

Mit geführten Meditationen und sanften Klängen tibetischer Planeten- und Kristall-Klangschalen öffnen wir einen Raum für deine innere Einkehr, Achtsamkeit und Inspiration.

Die Schwingungen der Klänge unterstützen dich dabei, zur Ruhe zu kommen, deinen Geist zu klären und bei dir selbst anzukommen.

Ausgewählte Heilsteine und Heilkristalle begleiten den Workshop und schaffen eine harmonische Atmosphäre. Sie laden dich dazu ein, dich nach innen zu orientieren und ganz im Moment anzukommen.

Im Anschluss lassen wir Farben, Formen und Bilder intuitiv ineinanderfließen. Ohne Bewertung und ohne Vorgaben darf sichtbar werden, was sich aus deiner Seele heraus zeigen möchte.

Was dich erwartet

- geführte Meditationen zur Entspannung und Zentrierung
- Klangreisen mit tibetischen Planeten- und Kristall-Klangschalen sowie Gong
- die unterstützende Energie ausgewählter Heilkristalle
- geführte Meditationen zu Kristallen und Farben
- intuitives Malen in einem achtsamen und geschützten Raum
- Zeit für dich und deine kreative Entfaltung
- Austausch und Reflexion - wenn du möchtest



Dein Bild als Erinnerung und Anker

Dein selbst gestaltetes Bild nimmst du mit nach Hause . Es begleitet dich als persönlicher Anker im Alltag und erinnert dich an die wertvolle Zeit, die du dir geschenkt hast.

So bleibt die Erfahrung des Workshops über den gemeinsamen Tag hinaus lebendig.



Für wen ist dieser Workshop?

Unsere Workshops richten sich an alle Menschen, die sich eine bewusste Auszeit gönnen möchten.

Du brauchst **keine Vorkenntnisse im Malen oder in Meditation**. Nicht das künstlerische Ergebnis steht im Mittelpunkt, sondern deine persönliche Wahrnehmung, Erfahrung und dein kreativer Ausdruck.

Alle sind herzlich willkommen - unabhängig von Alter, Erfahrung oder künstlerischem Talent.