



Leib und Biografie

mit **Christiane Baumann**, Praxis für Körpertherapie, Langenthal
und **Stefanie Schär**, Biografie-Werkstatt, Schafisheim

Datum	Fr 14.11. – So 16.11.2014
Ablauf	Kursbeginn Freitag 18.00 Uhr Kursschluss Sonntag 16.00 Uhr ...ich suche nicht, ich finde... (Picasso)
Inhalt	Über den Leib tauchen wir ein in die Spuren unserer Biografie und öffnen den Blick auf unsere Bedürfnisse, unsere Ressourcen und Entwicklungsmöglichkeiten. Über Selbstwahrnehmung, Eigenreflektion und die biographischen Rhythmen nähern wir uns den Spuren in unserem Lebensbuch und öffnen uns für Wandlungsprozesse.
Methoden	Körperarbeit, Gespräche, Malen, Schreibwerkstatt, Landart Wir arbeiten täglich ca. 5-7 Stunden. Daneben bleibt genügend Freizeit, in der herrlichen Landschaft die Kursinhalte weiter zu bewegen. Wir arbeiten in einer Gruppe von 12-16 Teilnehmern.
Voraussetzung	Achtsamkeit im Umgang mit sich selbst, seiner Geschichte und im Umgang mit den andern und ihrem Lebensweg.
Information	Christiane Baumann, 079 693 96 74 Stefanie Schär, 076 472 94 80, www.biografie-werkstatt.ch
Kosten pro Person	Kursgeld CHF 250.00 Vollpension Einzelzimmer CHF 300.00 Vollpension Doppelzimmer CHF 240.00

Die Kurskosten sollten niemanden von der Teilnahme abhalten: suchen Sie das Gespräch mit uns.