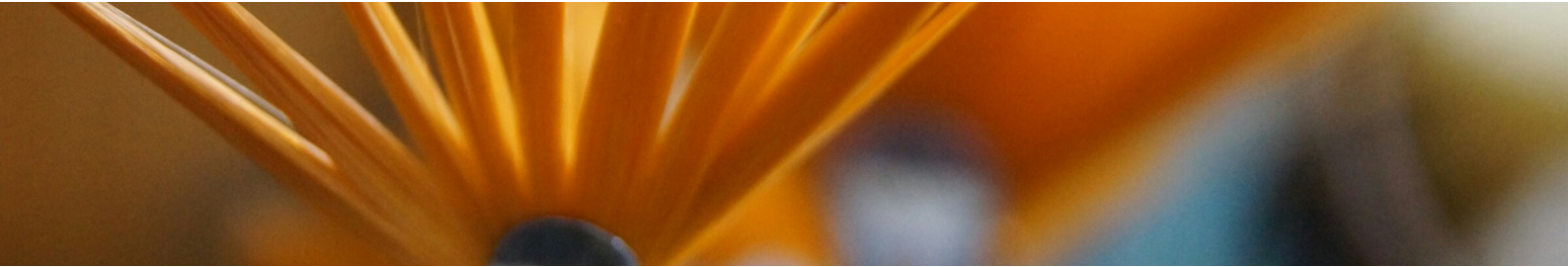


Intuitive Malerei & achtsame Kommunikation

mit Jutta Holz-Nauert



Willkommenen in der Welt des intuitiven Malens und der achtsamen Kommunikation

Tauche ein in ein Meer von Farben und Freude, wo jeder Pinselstrich eine Entdeckungsreise zu innerer Freiheit ist.

Hier geht es darum, die Schranken des Gewohnten zu durchbrechen und die verborgenen Schätze der eignen Kreativität freizugeben. Ich lade Dich ein, Deine Sinne zu entfesseln und mutig in die Welt der eigenen Möglichkeiten einzutauchen.

In dieser Malgruppe geht es nicht nur um das Spiel der Farben auf einem Malgrund, sondern auch um eine Reise der Selbstfindung und des achtsamen Miteinanders.

Ich ermutige dazu, auf das eigene Herz zu hören, innere Grenzen zu überwinden und so eine tiefe Verbundenheit mit sich selbst und anderen zu schaffen.

Entdecke Deine verborgenen Talente, sei offen für neue Wege Deiner Ausdrucksform und erfahre, durch die Kunst der Achtsamkeit auch in der Kommunikation mit anderen Mitmenschen mehr Stimmigkeit.

Lass uns gemeinsam diese Reise antreten, wo intuitives Malen und achtsame Kommunikation uns dazu inspirieren, nicht nur auf der Leinwand, sondern auch im Leben selbst, mehr Flow, Gestaltungskraft und inneren Reichtum zu entdecken.

Ich freue mich darauf, Dich in diesem Prozess zu begleiten

Jutta Holz-Nauert

Wann: Jeden vorletzten Dienstag im Monat
evtl. aktuelle Änderungen werden bekannt gegeben
Wo: Projektraum am Kunsthaus Erkrath
Zeit: 10 30 Uhr bis 14 Uhr /max. 6 TeilnehmerInnen
Kosten: 50 €

Anmeldung unter:

www.holznau-art.de oder www.kunsthaus-erkath.de

Jutta Holz-Nauert ist Künstlerin, SalKom-Coachin, TSF-Trainerin, Meditationstrainerin und Ergotherapeutin.

Sie hat ein eigenes Konzept entwickelt, indem sich intuitive Malerei mit achtsamer Kommunikation und Meditation in einem stimmigen Dreiklang verbindet.