



Recovery-Gruppe

25.08.2022 16.00 bis 18.00 Uhr

Verein wertfrei

Giesshübelstrasse 106

8045 Zürich

043 810 06 92

info@vereinwertfrei.ch

Anmeldung telefonisch oder via Mail bis 21.08.2022

Recovery Malen

An diesem gemeinsamen Tag lernen wir uns und das Konzept von Recovery kennen. Wir würdigen unseren Weg und unsere besondere Empfindsamkeit als Quelle für Kreativität und Vertiefung der Persönlichkeit. Wir malen unsere Recovery Reise und tauschen uns über unsere individuellen Wege, die Kraft und die Chancen in jeder Geschichte aus.

Weitere Workshops bei Interesse

Schwierige Themen des Weges durch Musik verarbeiten

Durch Achtsamkeit zu Recovery

Sinn und Hoffnung

Empowerment

Wir lernen in und von der Gruppe. Wer Lust hat, anderen etwas aus seinem Erfahrungsschatz weiterzugeben, oder Erlerntes u teilen, wird dazu ermutigt. Die Stunden werden so zu einem bunten Strauss von Weitergegebenem, ja Geschenkten.

Tools für zu Hause, weiterführende Informationen und Adressen stehen DIR zur Verfügung.

Leitung

Daniela Kilchsperger., Musikerin, Töpferin sowie Genesungsbegleiterin.in Ausbildung zur Open Dialogue Moderatorin. Erfahrung mit schwerer psychischer Erschütterung, traumabedingte dissoziative Zustände wie «Psychosen»

Co-Leitung

Martina Bühler, Psychologin, Berufsberaterin, Gründerin Verein wertfrei. Expertise aus Erfahrung in der Begleitung von Menschen mit schwerer psychischer Erschütterung