



Lachfalten statt Sorgenfalten – mit dem Clown humorvoll durch den Alltag

Manchmal ist der Alltag ganz schön herausfordernd. Humor kann eine wertvolle Ressource sein, die uns hilft, mehr Leichtigkeit und Gelassenheit zu entdecken.

An 4 Abenden erforschen wir spielerisch die Haltung des Clowns und lassen uns davon inspirieren: achtsam im Hier und Jetzt ankommen, neue Blickwinkel und kreative Handlungsmöglichkeiten entdecken, lustvoll scheitern, miteinander lachen.

Eine Mischung aus praktischen Methoden aus Clownerie und Coaching, Körper- und Achtsamkeitsübungen, Reflexion und Austausch, sowie Wissenswertes über Humor hilft uns dabei, (wieder) mehr Humor und Leichtigkeit im Alltag zu finden.



4 x Donnerstag: **12.01. + 19.01. + 26.01. + 02.02.2023**,
jeweils 18:15 – 20:15 Uhr

Ort: salve! Lehnnergasse 13/1, 1230 Wien (7 Gehminuten vom Bahnhof Liesing). Im Fall von Coronaeinschränkungen kann auf online umgestiegen werden.

Mit: Mag.^a Constanze Moritz, dipl. Erwachsenenbildnerin, Clownin, Coach, Spielpädagogin

Kursbeitrag: € 96,-

Anmeldung bis 05.01.2023 an info@clownenundstaunen.at