



## Lachfalten statt Sorgenfalten – mit dem Clown humorvoll ins neue Jahr – online



Wir starten spielerisch ins neue Jahr und tanken Humor und Leichtigkeit, um für den manchmal fordernden Alltag gut gewappnet zu sein.

An 3 Abenden lassen wir uns von der Clownin inspirieren und stellen die Dinge mal auf den Kopf: achtsam im Hier und Jetzt ankommen, spielerisch neue Blickwinkel ausprobieren, kreative Handlungsmöglichkeiten entdecken, miteinander lachen.

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

**Termine:** 3 x Donnerstag: 13.1. + 20.1. + 27.1.2022, jeweils 18:30 – 20:30 Uhr  
Der Kurs ist als Einheit gedacht mit 3 aufbauenden Abenden.

**Leitung:** Mag.<sup>a</sup> Constanze Moritz, dipl. Erwachsenenbildnerin, Clownin, Coach, Spielpädagogin

**Kursbeitrag:** € 76,-

**Anmeldung** bis 10.1. an [info@clownenundstaunen.at](mailto:info@clownenundstaunen.at)

Das Seminar wird über Zoom abgehalten. Für die Teilnahme sind ein PC, Laptop oder Tablet mit Kamera und Mikrofon und eine stabile Internetverbindung erforderlich. Der Zugangscodeword wird rechtzeitig vor Beginn zugeschickt.