

# achtsam und leicht-sinnig

## Spirituelle Tage mit der Clownin

für Frauen



In jeder von uns steckt eine Clownin. In diesen Tagen laden wir sie ein, sich zu zeigen und uns damit neue Perspektiven auf uns selbst und unser Leben zu eröffnen.

Sie inspiriert uns ... im Hier und Jetzt anzukommen ... spielerisch die Welt zu erstaunen ... neue, überraschende Sichtweisen zu entdecken ... lustvoll zu scheitern ... absichtslos da zu sein ... Freude und Leichtigkeit zu erfahren ...

Elemente der Tage: Zeiten der Stille, spielerisch-kreatives Tun, Impulse zu den Qualitäten der Clownin, Tänze, Lieder und Rituale.

*Aus ganzem Herzen  
glaubt die Clownin,  
das Leben wurde ihr geschenkt,  
damit sie spielend  
die Welt erstaune. (nach Johannes Galli)*

### Referentinnen

**Doris Gabriel**, Coach und  
Trainerin, Exerzitien- und  
Ritualbegleiterin

**Constanze Moritz**, dipl.  
Erwachsenenbildnerin und  
Clownin, Spielpädagogin,  
Coach

**Sonntag, 2. Februar 2020,**

18 Uhr bis Freitag, 7. Februar  
2020, 13 Uhr

(Beginn mit dem Abendessen,  
Abschluss mit dem Mittagessen)

**Ort** Bildungshaus

**Beitrag € 320,-** zzgl. Aufenthalt

**Anmeldung** erforderlich bis

15. Jänner 2020

[bildungszentrum@st-benedikt.at](mailto:bildungszentrum@st-benedikt.at)

[www.st-benedikt.at](http://www.st-benedikt.at)

**St. Benedikt**  
Bildungszentrum

Seitenstetten

Promenade 13, A-3353 Seitenstetten  
T (0043) 07477 - 42885 | F DW 20  
H [www.st-benedikt.at](http://www.st-benedikt.at)  
DIÖZESE ST. PÖLTEN