



▼ Frauengesprächskreis...

...am Mittwoch-Vormittag

Herzlich willkommen sind in diesem Gesprächskreis alle Frauen, die regelmäßig und in einer vertrauensvollen Atmosphäre über ihre Gedanken, Gefühle und Erlebnisse sprechen möchten. Dabei soll dem gemeinsamen Miteinander ebensoviel Raum gegeben werden wie der Individualität einer jeden Teilnehmerin und deren Unterstützung, ihren eigenen Weg zu finden.
(www.gestalttherapie-antje-abram.de)

Antje Abram, Gestalttherapeutin

Mi, 10.01., 24.01., 31.01., 21.02., 07.03., 21.03.18 10⁰⁰-12¹⁵
Anmeldung erforderlich | 68,00 € | Nr. 3030Ki



Melanchthon Akademie

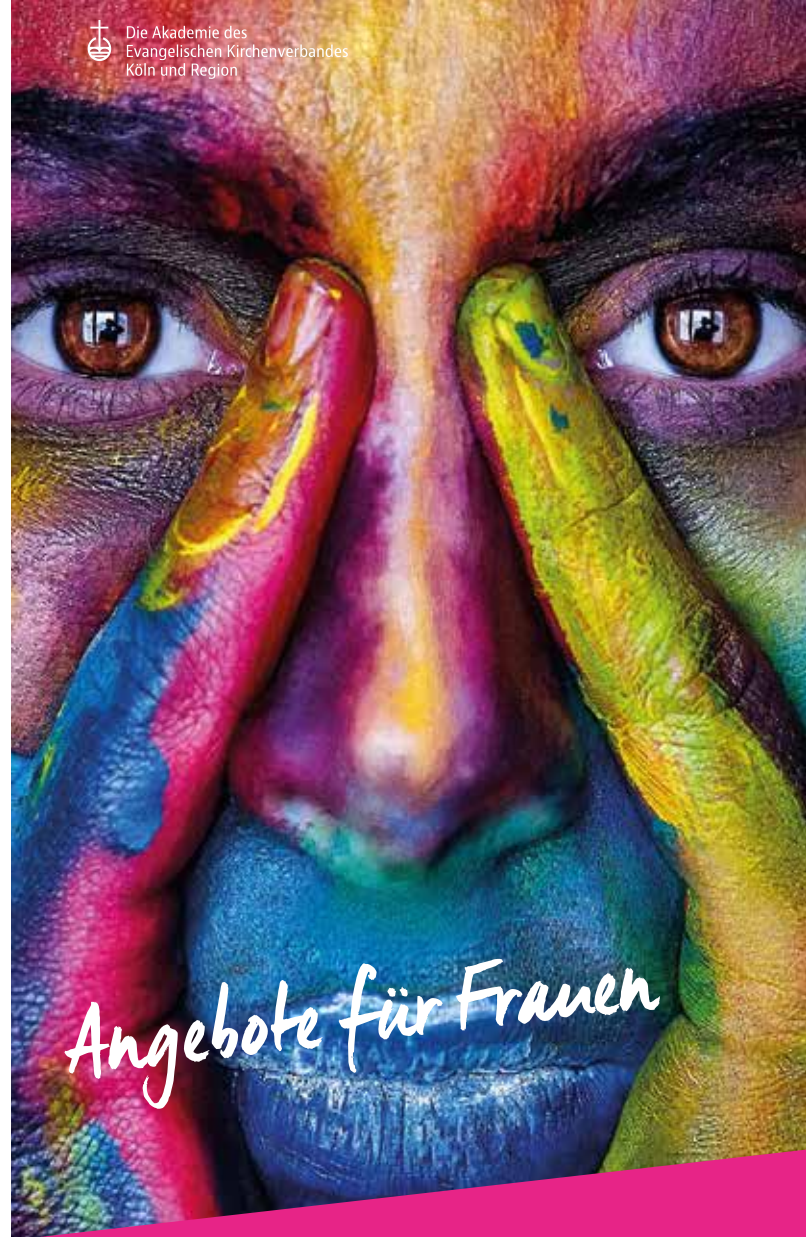
Bildungsangebote zwischen
Himmel und Erde

Melanchthon-Akademie

Kartäuserwall 24 b | 50678 Köln
Telefon: 0221 93 18 03-0 | Fax: -20

anmeldung@melanchthon-akademie.de
www.melanchthon-akademie.de

www.facebook.com/melanchthonakademie.koln



Angebote für Frauen



**Melanchthon
Akademie**

Bildungsangebote zwischen
Himmel und Erde

▼ Die Archetypen der Frau

Selbsterfahrungsorientierter Workshop zu den verschiedenen Stufen des Frau-Seins

Ausgehend von dem Punkt, an dem jede einzelne Frau momentan im Leben steht, unterstützen wir sie, die einzelnen Stufen ihres Frauseins bzw. ihrer weiblichen Charakteranteile zu betrachten. Mit Hilfe von Bildern und Beschreibungen der 13 Archetypen (nach dem Archetypenmodell von E. Davis & C. Leonard im Buch „Im Kreis des Lebens“) nehmen wir Kontakt zu bewussten oder unbewussten Anteilen in uns auf. Wir arbeiten mit den Methoden der systemischen Aufstellungsarbeit, Texten und Bildern, kreativen Angeboten, Rollenspielen, Meditation sowie Tanz und Bewegung.
(systemische-aufstellungen.koeln)

Christa Engelmayr, systemische Beraterin
Elke Klaes-Vilshöver, systemische Beraterin

Sa, 13.01.18 10³⁰-16³⁰

Anmeldung erforderlich | 33,00 € | Nr. 3028Ki

▼ Die Heldin in mir

Lernen Sie Ihre innere Heldin kennen!

Die Imagination einer inneren Heldin wirkt sich positiv und stärkend auf geistige und emotionale Verarbeitungsprozesse aus. In diesem Workshop kreieren Sie Ihre persönliche Heldin mit Hilfe von gezielten Fragen, Imaginationen und dem „Ver-raumen“ dieser Imagination mit einem „leeren Stuhl“. Besonders interessant sind folgende Fragen: Welche Fähigkeiten und Werte hat Ihre Heldin? Für wen oder was ist Ihre Heldin besonders hilfreich? Welche besonderen Kräfte oder Talente stecken in Ihrer Heldin? Wir tauchen gemeinsam ein in Ihre Heldin-Figur und blicken mit deren Augen neu auf Ihr Leben. (www.gestalttherapie-antje-abram.de)

Antje Abram, Gestalttherapeutin

Sa, 03.03.18 14⁰⁰-18⁰⁰

Anmeldung erforderlich | 24,00 € | Nr. 3029Ki

▼ Märchen für die Seele

„Die zwölf Jäger – In den Mokassins des anderen laufen“

Märchen und Geschichten vieler unterschiedlicher Kulturen sprechen Menschen aller Generationen an. Sie erzählen von Liebe und Glück, Abschied und Neubeginn, Lebenskunst und Mut. Märchen werden seit jeher zum Ausklang des Tages erzählt und regen die Zuhörerinnen zu Gesprächen und zum Nachdenken an. Die Poesie- und Bibliothérapeutin Vera Ruhrus erzählt im Rahmen der Veranstaltungsreihe „Märchen für die Seele“ Geschichten und Märchen aus aller Welt, die Sie zu einem anschließenden Austausch inspirieren möchten. Im Mittelpunkt des heutigen Abends steht eins der weniger bekannten Grimm'schen Märchen: „Die zwölf Jäger“, das uns vielschichtige Möglichkeiten der Deutung eröffnet.

Vera Ruhrus, Poesie- und Bibliothérapeutin

Mi, 21.02.18 18⁰⁰-19³⁰

Anmeldung erforderlich | 8,00 € | Nr. 3036Ki

▼ WenDo

„Weg der Frauen“: Mentale und körperliche Selbstverteidigung und Selbstbehauptung

Im WenDo-Kurs üben wir, uns gegen unterschiedliche - sowohl verbale als auch körperliche - Grenzverletzungen, Diskriminierungen, Übergriffe und Angriffe zu wehren - sei es am Arbeitsplatz, in der Familie, im Bekanntenkreis oder auf der Straße. Wir werden alltagstaugliche Techniken der Selbstverteidigung üben, uns über unsere Ängste austauschen und lernen, unangenehme und bedrohliche Situationen einzuschätzen. WenDo ist keine Kampfsportart, sondern versteht sich als Präventionsprogramm gegen Gewalt. Der Workshop ist für jedes Alter geeignet, Sportlichkeit und Fitness sind keine Voraussetzung. Bitte bequeme Kleidung und Turnschuhe mitbringen. (www.frauschmittz.de)

Trude Menrath

WenDo Trainerin, Tanz- und Bewegungstherapeutin

Fr,Sa, 26.01./27.01.18 Fr 18⁰⁰-21⁰⁰, Sa 11⁰⁰-17⁰⁰

Anmeldung erforderlich | 55,00 € | Nr. 3027Ki