



Online

Entdecke deine Weiblichkeit

mit dem Moodboard

Anmeldung unter
mail@naturheilpraxis-prahl.de

10|01|2021
14-17 Uhr

workshop

Reise zu dir selbst. Erwecke die Frau zum Leben (mache sie sichtbar), die schon längst in dir ist.

Du hast das Gefühl, in dir als Frau steckt mehr, doch du findest oft/ im Alltag den Zugang nicht dazu? Du willst dich mit dem verbinden, was hinter den vielen Schichten und Gewohnheiten steckt - mit deinem Sinn für Schönheit und Ästhetik, deiner intuitiven Weisheit, deiner Unschuld, Sinnlichkeit und Wildheit? Im Moodboard-Workshop machst du die leise Stimme deines Herzens sichtbar. Aus Bildern, Illustrationen und Worten erstellst du eine Collage, die dich als ureigene Kraftquelle und Kompass durch das neue Jahr begleitet.

Was will von dir gesehen, gefühlt und gelebt werden?

Im Moodboard-Workshop arbeiten wir mit Formen, Farben, Bildern, Worten und Symbolen, die uns auf **unerklärliche Weise tief berühren**. Sie können Botschaften aus unserem Unterbewusstsein enthalten, verborgene Sehnsüchte und ungelebte Potenziale sichtbar machen und dir eine ganz neue Perspektive auf dein Leben schenken. So lernst du, empfänglich zu sein für die leisen Botschaften deiner Seele und ihnen die Führung zu überlassen. Statt ein Idealbild zu kreieren, schaffst du Platz für Verspieltheit, Kreativität, Spontanität und Lebendigkeit.

Was dich im Moodboard-Workshop erwartet:

- Eine geführte Meditation zur Einstimmung, die deine Neugier und Kreativität weckt.
- Eine Playlist und kleine Achtsamkeitsübungen, die dich bei der Erstellung der Collage begleiten.
- Gemeinsamer Austausch in der Gruppe im Anschluss.

Termin: Sonntag, 10. Januar 2021, 14 bis 17 Uhr, via Zoom

Kosten: 29 Euro

Anmeldung und Fragen gehen an: mail@naturheilpraxis-prahl.de

Über uns:

Anika Golt arbeitet als Online-Redakteurin und Yogalehrerin. Die Kraft von Worten, Symbolen und inneren Bildern lässt sie in ihre Texte wie in ihre Yogastunden fließen. Nach dem Motto „weniger ist mehr“ lenkt sie den Fokus in ihren Yogastunden auf das kreative Erforschen des eigenen Körpers. Ihre Schülerinnen und Schüler ermutigt sie damit, ihrem Körperbewusstsein und ihrer Intuition wieder mehr zu vertrauen.

Christina Prah ist Heilpraktikerin und begleitet in ihrer Praxis Frauen rund um die Themen Zykluswissen, Zyklusbeschwerden, Kinderwunsch und Weiblichkeit. In ihrer Arbeit erinnert sie Frauen daran, dass der Weg zur eigenen inneren Kraftquelle über die Intuition und Stille führt.

