



Neue Kraft schöpfen und die Seele entlasten

**kreativtherapeutische Stärkung
für Pflegende Angehörige**

ein kostenfreier Workshop von
Netzwerk Kreative Stärkung

im Rahmen der 8. KölnBonner
Woche der Seelischen
Gesundheit

„Seelische
Gesundheit leben!“

wir machen mit bei
der 8. KölnBonner
Woche der Seelischen
Gesundheit

**Samstag, 11.10.2025
von 15-17h**

**in der „Tagespflege
an der Godesburg“
Wichterichstr. 10
53177 Bonn**

um Anmeldung wird gebeten

Netzwerk Kreative Stärkung

Ansprechpartnerin S. Parwisi
0175-201083
parwisi@kreativ-stark.de
www.kreativ-stark.de

Netzwerk Kreative Stärkung

A. Bretan ♦ I. Kulhavy ♦ S. Parwisi ♦ M. Pax ♦ N. Schwarz-Kühle
info@kreativ-stark.de
www.kreativ-stark.de

Bei diesem Workshop geht es ganz um Sie und Ihre Bedürfnisse: Was tut Ihnen gut? Wie können Sie zur Ruhe kommen? Was hilft Ihnen dabei, Leichtigkeit zu erleben und neue Kraft zu schöpfen?

Mit Übungen zur achtsamen Körperwahrnehmung können Sie Ihrem Tempo, Ihrem Rhythmus und Ihren Wünschen folgen. Wir geben Ihnen kreative Impulse, die Freude wecken und neue Perspektiven ermöglichen. Im gemeinsamen Austausch finden Sie Raum zum Gespräch und zum Teilen von Erfahrungen. Entspannungsübungen schenken Ihnen Ruhe und neue Energie.

Nehmen Sie sich eine Auszeit vom Alltag und gönnen Sie sich diese Zeit für Selbstfürsorge, Leichtigkeit und Entspannung. Mit kreativtherapeutischen Methoden können Sie auf spielerische und intuitive Weise eigene Ressourcen entdecken, neue Blickwinkel gewinnen und das Vertrauen in sich selbst stärken.

Es sind keine Vorkenntnisse notwendig.

Mit freundlicher Unterstützung
durch die



nehmen wir teil an der

8. KölnBonner Woche für 
Seelische Gesundheit
7. – 17. OKTOBER 2025