



**GESUNDES
LEOBENDORF** |



afterwork.malmeditation. - rise.flow.grow.

Entdecke deine Kreativität, erweitere deine Möglichkeiten und wachse als Individuum bei unserer afterwork.malmeditation - rise.flow.grow.

Tauche ein in die Welt der Malen-, Farb-, Duft- & Klangmeditation, die deine mentale Gesundheit auf ein neues Level hebt. Die kreative Ausdruckskraft des Malens öffnet Türen zur Stressreduktion, fördert die Selbstreflexion und steigert das allgemeine Wohlbefinden.

Was erwartet dich:

- Entspannte Afterwork-Atmosphäre
- Geleitete Malmeditation
- Erfahre die therapeutischen Vorteile von Farben, Düften & Klängen
- Stressabbau und Förderung der Selbstreflexion
- Wachstum auf persönlicher Ebene

Termin: Do, 15.02.2024 oder Do, 29.02.2024, jeweils 18:00-19:30 Uhr

Ort: Verein malibri, Lebzeltergasse 5, Korneuburg

Kosten: EUR 18,- pro Person exkl. Material

Anmeldung unter 0899 11170121 erforderlich - mind. 4, max. 10 Personen!

Alexandra Reis, Dipl. Kunsttherapeutin &

Flow Kreitner, Kreativitäts- & Mentaltrainerin