

# „INTUACT- MAL DICH FREI! Holiday“

## am Hafnersee



INTUACT – MAL DICH FREI! © by HERZBUNT ist eine Kombination aus der Kunstrichtung Action Painting und Intuitiven Malen. Du brauchst dafür keinerlei künstlerische Vorkenntnisse. Es geht um kein perfektes Ergebnis von Bildern, sondern um den Prozess während des Malens. Der kreative Selbstaussdruck, der Ausdruck von Gefühlen sowie Spaß und Freude stehen dabei im Vordergrund. Was im Malen möglich wird lässt sich auch auf dein Leben übertragen!

- Körper, Geist und Seele werden in den kreativen Prozess miteinbezogen
- Meditationen, Körper- und Bewegungsübungen
- Musik & Farbe
- Lebensfreude entstehen lassen
- Bleibende Erinnerungen schaffen
- Alles darf, nichts muss!
- Kreativität bringt uns SELBST ein Stück näher zu uns

**TERMIN:** Samstags 9. Juli, 30. Juli und 13. August 2022

**DAUER:** 10.00- 12.30 Uhr

**PREIS pro Person:** 40-€ zzgl. 25€ Material

**MITZUBRINGEN:** Ältere, bequeme Kleidung die auch farbig werden darf, ev. Sitzunterlage, Getränk

**ANMELDUNG:** [office@herzbunt.at](mailto:office@herzbunt.at), Begrenzte TN von max. 10 Personen;

Achtung: Findet nur bei Schönwetter statt



### KONTAKT:

Mag. Kathrin Sowa-Mörtl  
Dipl. Lebens- und Sozialberaterin  
Zertifizierte Fachtrainerin  
Waldbadentrainerin  
T: +43 650 527 69 47  
[www.herzbunt.at](http://www.herzbunt.at)



Mit Natur & Kreativität zu Lebensfreude!