GLÜCK & ICH

denken, spielen, erfahren

Mit Methoden und Techniken aus verschiedenen Kunstformen, sowie der Symbolarbeit, betrachten und beleuchten wir Alltagssituationen aus unterschiedlichen Perspektiven. Dabei erfahren wir, wie sich unsere Gedanken und Gefühle auf unsere Wahrnehmung und unsere Handlungen auswirken; welche wichtige Rolle Embodiment dabei spielt und was wir tun können, um uns zufriedener, entspannter und glücklicher zu fühlen.
Themen des Workshops:

- ✓ Wahrnehmung und Aufmerksamkeit
- ✓ Wechselspiel: Gedanken, Gefühle und Handlungen
- ✓ Zusammenhang zwischen unseren Rollen, Erwartungen und Wohlbefinden

Datum: DO, 22.06.2023 17-19 Uhr
Ort: Nationalparkzentrum Molln
Eintritt: freiwillige Spende
Anmeldung nicht erforderlich!

Mein Herzenswunsch: Menschen unterstützen bewusster zu leben, authentischer-kreativer-lebensfreudiger zu sein, geistig und körperlich beweglich zu bleiben. **Das Leben spielerisch meistern!**

Emina Eppensteiner MA

Drama- und Theaterpädagogin

www.emina-eppensteiner.com
info@emina-eppensteiner.com

Emina Eppensteiner

- **Entwicklung eigener Theaterprojekte** (Kinder, Jugendliche, Erwachsene)
- **Projekte mit verschiedenen Schwerpunkten** (Konzentration,Freude, Resilienz, Lernen mit Dramatechniken, Auftrittskompetenz, Mobbing)
- **Erwachsenenbildung** (Pädagog*innen, Freizeitpädagog*innen, Jugendarbeiter*innen, Sozialpädagog*innen, Vereine)
- **Mitwirkung an Erasmus+ Projekten zu den Themen:** Resilienz, Frei gewähltes Spiel, Mobbing, Symbolarbeit, Freude, Märchen
- **Lehrgangsleitung „Bühnennachwuchs (beg)leiten“** (ATINÖ)
- **Vorstandsmitglied ATINÖ und ÖBV Theater**