



# Einfach „DU“

**Workshop mit Wiebke Schlichting und Anne Schwabe**

**am 13. Januar 2024**



Lass Dein Wesen sich ausdrücken dürfen in Leichtigkeit und spielerischer Experimentierfreude!

In diesem Workshop wollen wir Raum schaffen für die Intuition des Herzens und uns dem kreativen Fluss ohne Bewertung und Beurteilung anvertrauen. Unterschiedliche Materialien stehen zur Verfügung, um das auszudrücken, was sich zeigen will.

Über körperliche und mentale Entspannung lenken wir unsere Aufmerksamkeit und Wahrnehmung in den Raum, der unser kreatives Potenzial beherbergt.

Er ist immer da dieser Raum, jede und jeder hat ihn in sich, aber allzu oft bremsen oder blockieren wir die sich darin befindliche Energie: Unser rationaler Verstand zensiert sofort, bewertet und beurteilt. Alles muss erstmal durch die Plausibilitäts- und Qualitätsprüfung.

Dabei ist die Schöpfungsenergie in ihrem Ursprung intelligent, kreativ, unvorhersehbar, herausfordernd, vielseitig, lebenslustig, fließend, lebendig und freudvoll. Lohnt es sich da nicht mal einen Blick hinzuwerfen und sich vielleicht überraschen zu lassen von sich selbst?

In einer entspannten und künstlerischen Umgebung werden wir uns mit spielerischer Leichtigkeit durch den Tag bewegen. Es geht nur um Dich.

Lausche dem, was kommt; lass Farben und Formen fließen.

Wiebke und Anne begleiten Dich in diesem Prozess und unterstützen Dich.

Und, keine Sorge, Du musst keinerlei Vorkenntnisse mitbringen, nur Dich und den Wunsch, einen Tag für Dich da zu sein.

Der Workshop findet in einem geschützten Rahmen in kleiner Gruppe mit maximal 6 Personen statt.

**Komm wie du bist.  
Sei wie du bist.  
Sei einfach „Du“**

Mit diesem Kurs möchten wir Dich begleiten und Dir Impulse und Möglichkeiten mit auf den Weg geben, entspannt und mit guten Energien in das neue Jahr zu gehen.

### **Termin und Eckdaten:**

**Termin:** **Samstag, 13. Januar 2024**  
10-17 Uhr

**Kursort:** PLAN:A, Atelier Anne Schwabe,  
Zahrenser Weg 25b, 29640 Schneverdingen

**Kursleitung:** **Wiebke Schlichting und Anne Schwabe**

**Kursgebühr:** **170 €** inklusive Material und einem Mittagsimbiss

**Weitere Infos unter:** [www.anne-schwabe.de](http://www.anne-schwabe.de)

**Buchung/Info:** Anne Schwabe      [mail@anne-schwabe.de](mailto:mail@anne-schwabe.de),      Tel. 0170/1848525

**-> Bitte mitbringen:** **Yogamatte und/oder eine Decke, bequeme Kleidung und dicke Socken (die auch ein paar Tropfen Farbe abbekommen dürfen)**

## Wir sind Anne und Wiebke



Uns verbindet unsere Freundschaft, die Liebe zur Natur, natürlich unser Humor und unser Wohnort Schneverdingen. **Weit darüber hinaus** verbindet uns aber der große Wunsch, Menschen mit sich selbst zu verbinden und sie dabei zu unterstützen (wieder) mit sich selbst in Kontakt zu kommen; ihrem Herzen und der inneren Stimme zu vertrauen.



**Wiebke Schlichting**, Jahrgang 1970, geboren in Bremervörde, ist freie Therapeutin mit ganzheitlichem und intuitivem Ansatz. Ausbildungen u. a. als Tanz- und Entspannungspädagogin, Hypnosecoach, Physiotherapeutin und Heilpraktikerin komplettieren Wiebkes Wirkungsfeld.

Jahrelange Berufserfahrungen sowohl im sprachlich-musischen Bildungsbereich als auch im Gesundheitswesen, im Zusammenwirken mit Menschen aller Altersgruppen in Einzel- und Gruppenarbeit, bilden zusammen mit fundierten Ausbildungen die Grundlage für Wiebkes heutige Tätigkeit als Therapeutin, Beraterin und Kursleiterin.

„Mein Herzensanliegen ist, dass Menschen in ihre Kraft kommen. Ein guter Wegweiser ist dabei, der Freude nachzuspüren und ihr zu folgen. Wenn sich dann noch die eigene Kreativität auf dem eingeschlagenen Weg Ausdruck verschaffen kann und als be – l e b e n d erfahren wird ... Wie schön!“



**Anne Schwabe** (\*1973 Rostock), ist freiberufliche Künstlerin lebt in Schneverdingen in der Lüneburger Heide.

Besonderer Fokus ihrer Arbeit liegt auf der freien figurativen, aber auch großformatigen abstrakten Malerei. Zudem widmet sich die Künstlerin den Themen Akt, Portrait und Sketching.

Mit besonderer Begeisterung beschäftigt sich die Künstlerin mit dem Thema der menschlichen Beziehung.

Seit etlichen Jahren vermittelt Anne ihr künstlerisches Wissen in Kursen. Hier schafft sie eine entspannte, zwanglose und wertschätzende Atmosphäre. Sie begleitet jede/n Teilnehmer/in individuell in ihrer/seiner Arbeit. Ihre Faszination und Begeisterung zum Experimentieren, zum mutig sein - mit Farben, Formen, Materialien – und dem „sich über etwas hinwegzusetzen“ gibt sie gerne und mit großer Begeisterung in ihren Kursen weiter.

### **PLAN:A - Atelier Anne Schwabe**

Das lichtdurchflutete Atelierhaus liegt in ruhiger Lage in Schneverdingen in der Lüneburger Heide und bietet Dir den geschützten Raum, um einfach da zu sein und kreativ arbeiten zu können. Die große Außenterrasse bietet Platz zur Entspannung und dazu, einfach den Blick schweifen zu lassen.



Atelieransichten

## **Info/Buchung**

Anne Schwabe  
mail@anne-schwabe.de

Tel 0170/1848525  
www.anne-schwabe.de

**Kursgebühr:** **170 €** inklusive Material und einem Mittagsimbiss

Die Kursgebühr wird bei Anmeldung binnen 7 Tagen fällig.

Kontoverbindung Anne Schwabe:  
Kreissparkasse Soltau, BLZ 25851660, Kontonr: 0055160063  
IBAN: DE93 2585 1660 0055 1600 63, BIC: NOLADE21SOL

### **Stornogebühren:**

Bei Kündigung des Kurses später als 8 Wochen vor Beginn des vereinbarten Termins:  
30% des Gesamtpreises.

Bei späteren Abmeldungen gelten folgende Fristen:

2 Wochen bis 3 Tage:	Ausfallgebühr: 60% des vereinbarten Gesamtpreises
2 Tage bis 1 Tag:	Ausfallgebühr: 80% des vereinbarten Gesamtpreises
am Tage der Anreise:	Ausfallgebühr: 100% des vereinbarten Gesamtpreises

Die Veranstalterin behält sich die Absage des Kurses wegen z.B. zu geringer Teilnehmerzahl vor.

