

IN WORDS

Inner work. Outer change.

WORKSHOP

Aus der Stille in die Klarheit

Ein Morgen ganz für dich.

Du funktionierst. Triffst täglich Entscheidungen,
übernimmst Verantwortung, bist präsent im Aussen.

Und gleichzeitig gibt es vielleicht dieses eine Thema,
das mitläuft. Nicht laut. Aber konstant.

Wie wäre es, ihm Raum zu geben? Schreibend,
in Bildern, in der Stille.

DATUM

Samstag, 28. März 2026

9:00 bis 13:00 Uhr

ANMELDUNG

bis Donnerstagmittag

per E-Mail, Website oder DM

ORT

New Leaves Praxis

Zeltweg 25, 8032 Zürich

Bus Nr. 31 bis Sprecherstrasse

Parkhaus Hohe Promenade

Einführungspreis CHF 120

Max. 4 Personen

DAS ERWARTET DICH

Somatische Einstimmung · Geführte Meditation · Malen

Individuelles Einzelgespräch · Integration

Was entsteht, bleibt bei dir. Teilen ist freiwillig.

DEINE BEGLEITERIN

Magdalena Geron

Ich begleite Menschen bei Übergängen und Entscheidungen
an der Schnittstelle von transpersonaler Psychologie,
Sprache und kreativem Ausdruck.

IN WORDS

Inner work. Outer change.

Das Programm

Aus der Stille in die Klarheit · Samstag, 28. März 2026

9 : 0 0

Ankommen

Tee, Stille, erste Begegnung.
Raum, um wirklich anzukommen.

9 : 2 0

Einstimmung in den Körper

Eine geführte somatische Übung.
Aus dem Kopf, in den Körper.

9 : 4 5

Geführte Meditation

Stille als Raum. Eine Einladung,
dem nachzuspüren, was sich zeigt.

1 0 : 1 5

Malen

Aus der Stille entsteht ein Bild.
Kein Können nötig.

1 0 : 5 0

Pause

1 1 : 0 5

Einzelgespräch

Während du weitermalst oder schreibst,
schaue ich mit dir dein Bild an.
Das Gespräch bleibt zwischen uns.

1 2 : 1 0

Integration

Eine persönliche Erkenntnis
des Morgens – schriftlich
oder im Stillen.

1 2 : 3 0

Ausklang

Offenes Ende. Tee, Gespräche,
Raum für das, was nachklingt.

1 3 : 0 0

Ende

Was entsteht, bleibt bei dir. Teilen in der Gruppe ist ein Kann, kein Muss.

ANMELDUNG

bis Donnerstagmittag · per E-Mail, Website oder DM
Einführungspreis CHF 120 · Max. 4 Personen