

## Zeit zu wachsen

In der Jahresgruppe hast Du/haben Sie Zeit

- Deinen/Ihren Körper zu spüren
- Deine/Ihre Gefühle wahr zu nehmen
- Deine/Ihren Verstand zu nutzen
- Dein/Ihr Herz berühren zu lassen
- Deinen/Ihren Geist wirken zu lassen
- Deine/Ihre Seele zu heilen



In der Jahresgruppe hast Du/haben Sie Zeit

- für bewußte Erfahrungen mit Dir/Ihnen selbst in der Gruppe
- die Chance, neue Ausdrucksmöglichkeiten für Dich/Sie zu entdecken
- sich treu bleiben zu können im Kontakt mit sich und Anderen

## Zeit zu wachsen

In der Jahresgruppe hast Du/haben Sie die Möglichkeit einmal im Monat heraus zu treten aus dem Alltag mit all seinen Anforderungen und Aufgaben.

Wir bieten Raum, in dem bewusstes Innehalten, achtsames Umgehen mit sich selbst und den Anderen, sowie der Blick auf eigene innere Erfahrungen möglich sind. Den individuellen und den Gruppenprozess unterstützen wir mit Achtsamkeitsübungen, Methoden aus der gestalttherapeutischen Arbeit, kreativen Ausdrucksformen, Gesprächen und anderem mehr.



Wir beginnen unsere Treffen mit dem bewussten Wahrnehmen unseres Körpers, unserer Gefühle und unserer Gedanken. Aktuelle Themen der Gruppenteilnehmenden werden im JETZT bewusst zum Erleben gebracht. Dabei kann Altes reflektiert und Neues entdeckt werden. Eigene innere Prozesse werden möglich und können in der Gruppe weiter geführt werden.

So brechen wir auf, den eigenen Alltag selbstbewusster und mit Freude zu gestalten.

## Zeit zu wachsen

Ort: Praxis Kreativleben  
Kleinfeldstr.48  
68165 Mannheim

Zeit: ab Oktober 10 x  
monatlich jeweils am ersten  
Donnerstag im Monat  
18.30 - 21.00 Uhr  
Anmeldung für den neuen  
Zyklus jederzeit möglich

Kosten: 410,-€, inkl. Vorgespräch  
Ratenzahlung nach  
Absprache möglich

Abende zum Kennenlernen:  
jeweils am ersten Montag  
im Februar und Mai  
18:30 - 21:00 Uhr

Informationen und Anmeldung bei:

Lydia Paulik-Rebe

Telefon: 0621 - 4 014 555

Email: [info@kreativleben.net](mailto:info@kreativleben.net)

oder

Annette Heinemeyer

Telefon: 06232 - 6 870 921

# KREATIVLEBEN

## Zeit zu wachsen



Lydia Paulik-Rebe

Gestalttherapeutin  
Psychotherapie HeilprG,  
Systemische Therapie,  
Strukturaufstellungen,  
Traumafolgentherapie,  
Ausdrucksmalen,  
Sakraler/meditativer Tanz



Annette Heinemeyer

Gestalttherapeutin  
Interkulturelle Trainerin/Beraterin  
Mediation, Konfliktcoaching,  
Systemische Organisationsberatung,  
Jahreskreisrituale



**Lydia Paulik-Rebe**

und

**Annette Heinemeyer**

Praxis Kreativleben  
Kleinfeldstr.48  
68165 Mannheim

Telefon: 0621 - 4 014 555  
Fax: 0621 - 7 177 881  
E-Mail: [info@kreativleben.net](mailto:info@kreativleben.net)  
Web: [www.kreativleben.net](http://www.kreativleben.net)

Anfahrt:



## Zeit zu wachsen

Eine Jahresgruppe

„Leben einzeln und frei wie ein Baum und  
brüderlich/schwesterlich wie ein Wald -  
das ist unsere Sehnsucht.“

nach Nazim Hikmet