

DieReiter wird elf und mixed ein Tape – Tag der Offenen Tür mit Coaching-Impulsen, Freund_innen und Markt.



Das Programm

10h Rewind - Eine Geschichte meiner Erfolge. Mit Daniela Reiter

Wir drücken auf die Rewind-Taste und schauen liebevoll auf unser bisheriges Leben, nehmen die kleinen und großen Erfolge in den Blick und holen sie als Teil unserer Geschichte auf Papier.

11h Play - Auf die Stifte, fertig, los! Mit Melanie Mezera

"Spielen ist Experimentieren mit dem Zufall." (Novalis)
... und Zeichnen ist Spielen auf dem Papier.

Wir spielen in diesem Kurz-Workshop mit dem Zufall und lassen uns überraschen, was er uns aufs Papier zaubert.

12h Record – Bestandsaufnahme. Mit Daniela Reiter

Wir nehmen wahr und nehmen auf, wo wir gerade stehen im Leben, wie es uns geht. Spielerisch schauen wir, mit welchen einfachen Mitteln das Leben noch leichter und besser werden kann.

13h Pause – Bewusstes Atmen. Mit Theresa Wolf

Hier erfahren wir warum Atmen so wichtig ist und wie es Verspannungen in unserem Oberkörper lösen kann. Dazu zeigt uns Theresa ein aktives Programm mit Fokus auf Atmen und leichtes Bewegen.

14h Fast Forward – Mein wunderbares 2019. Mit Daniela Reiter

Wir drücken auf die Fast Forward-Taste, begeben uns auf Zeitreise und schauen begeistert auf das wunderbare Jahr 2019 zurück. Im "So tun als ob" spielen wir mit Wünschen und Visionen, um das kommende Jahr zu planen, ganz ohne smarte Ziele.

15h Stop/ Eject – Gemütlicher Ausklang. Mit allen, die noch mit uns feiern möchten.

Bei Kaffee, Keksen, Wein und Knabbereien tauschen wir uns aus, lernen einander besser kennen und kaufen die letzten schönen Geschenke.

Die Impuls-Geberinnen

Gastgeberin Mag.^a Daniela Reiter stärkt als Arbeitspsychologin und Coach, in Wien im ZweiRaum genauso wie im Mökki in Finnland mit kreativen Methoden, liebevollem Humor und einer feministischen Grundhaltung. Sie verhilft zu Klarheit, Gelassenheit und Mut.
www.diereiter.at

Mitspielerin Mag.^a Melanie Mezera bespielt ihr Atelier MAGEnTA im 2. Bezirk mit Malthherapie für Kinder, Jugendliche und ihre Eltern sowie mit Kreativworkshops für Erwachsene und Fortbildungen rund ums Thema "Kreativität und Kinder".
www.magenta-malthherapie.at

Mitspielerin Mag.^a Theresa Wolf ist Psychologin und Sportwissenschaftlerin aus Leidenschaft. Mit viel Humor und Expertise hilft sie Menschen im Rahmen ihres Unternehmens Körpergut im 16. Bezirk ganzheitliche Gesundheit zu einer persönlichen Lebensentscheidung zu machen. www.koerpergut.at

Einfach kommen, keine Anmeldung nötig.
Jeder Coaching-Impuls dauert 40 Minuten.

Einlass jeweils zwischen dreiviertel und der vollen Stunde. Dazwischen Kaffee, Kekse & Kennenlernen.

Der Markt

Den ganzen Tag Minimarkt für inspirierende Geschenke mit Genuss-Kartensets, Saisonkalender, Notizheften und -büchern, zauberhaften Glassteinen.

Der Verein Die Fairmittlerei ist anwesend mit Infomaterial und Spendenbox. <http://www.diefairmittlerei.at/>

Mehr Infos: <https://www.facebook.com/events/569816690120492/>