



Z-Ar-T
Atelier für Kunst
und Kunsttherapie



Z-Ar-T
Atelier für Kunst und Kunsttherapie

Schulstraße 26
73312 Geislingen
www.z-art-therapie-atelier.de
Tel.: 0174 98 22 005



Verena Menzel
Kunsttherapeutin M. A.
Heilpraktikerin für Psychotherapie
Entspannungstherapeutin
Yogatrainerin
Coach

Kontakt


<https://z-art-therapie-atelier.de>
E-Mail: buchung@z-art-therapie-atelier.de

Das Atelier liegt im 3. OG.



**Kunst/
Therapie /
Coaching**
**Entdecke
die Kraft in dir**

 Atelier für Kunst und Kunsttherapie

 Z-Ar-T

 atelierkunsttherapie

Entdecke die Kraft in dir!



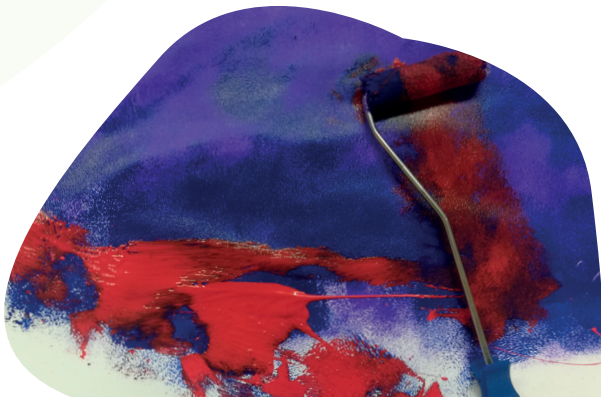
Die Kunst sich zu verändern

Du suchst einen Weg raus aus

- heftigen Gefühlszuständen
- Müdigkeit, Erschöpfung
- innerer Leere
- dem Kopfkino
- dem Eindruck, dass deine Gedanken zu viel Raum einnehmen oder sich gegen dich richten.
- Ängsten und Zwängen.
- Konflikten

Bist bereit die Themen anzugehen, gemeinsam nach Ursachenforschung und passenden Bewältigungsstrategien auf die Suche zu gehen. Dann bist du hier richtig!

**Dein Weg zu mehr Lebensfreude,
Lebensqualität, Lebensenergie!**



Nimm dir Zeit für dich!

Kunsttherapie

Kunsttherapie kann ein Weg sein, um

- sich selbst zu spüren
 - eigene Bedürfnisse wahrzunehmen
 - Gefühlen in einem geschützten Rahmen begegnen zu können um emotional herausfordernde Zeiten gut zu bewältigen
 - Spannungen und Ängste abzubauen
 - durch das eigene Tun neue Handlungsmöglichkeiten zu entdecken und zu entwickeln
 - Selbstwirksamkeit zu erleben
 - eigene Ressourcen zu aktivieren, Talente zu entdecken und entfalten zu können
- und dadurch Balance im Leben zu finden.

Bei einem ersten Termin lernen wir uns gegenseitig kennen, schaffen die Grundlage für das weitere Vorgehen und klären die Formalien. Anschließend überlegen wir ob und in welchem Rahmen eine Behandlung sinnvoll ist.