

Embodiment - Empowerment - Movement-Intelligence

Bewegungspädagogische Wege in die Selbstbestimmung am Beispiel der Methode *drehungen*

In der dreiteiligen Webinar-Reihe können Sie einen Blick hinter die Methode *drehungen* bekommen. Die Methode baut auf den Kräften und Potentialen des weiblichen Körpers auf. Durch die Zugänge Embodiment und Movement-Intelligence erfahren Sie mehr über die Zusammenhänge zwischen Körper und Psyche und wie Frauen daraus Kraft und Stärke für ihren Alltag gewinnen können.

Wir begeben uns in einen Forschungsprozess und setzen uns praxis- und teilnehmerinnenorientiert mit folgenden Aspekten auseinander:

- Den eigenen Standpunkten Gewicht geben
- Sicherer Auftritt und eigene Wirkmächtigkeit
- Erweiterung der eigenen Handlungsfähigkeit
- Persönliche Grenzen, Distanzsignale und Schützen des eigenen Raums
- Gesellschaftliche Anforderungen und Möglichkeiten des produktiven Umgangs damit

Termine:

Do, 11.02.2021, 14 Uhr bis 18 Uhr

Do, 04.03.2021, 14 Uhr bis 18 Uhr

Do, 25.03.2021, 14 Uhr bis 18 Uhr

Leitung:

Andrea Hochegger und Anna Head

Kosten:

Die Teilnahme ist kostenlos.

Organisatorisches:

Die Webinar-Reihe kann nur als Ganzes gebucht werden.


Wir ersuchen um Anmeldung bis 05.02.2021 per Email an michaela.langeder@mafalda.at

Das Webinar wird auf Zoom stattfinden. Den Einstiegslink erhalten Sie einen Tag vor Beginn des Webinars, einloggen können Sie sich eine Viertelstunde vor Webinarbeginn.

Wir freuen uns auf zwölf Stunden gemeinsames, solidarisches Forschen und Erkennen!



mafalda

finanziert von:
 Bundesministerium
Arbeit, Familie und Jugend