

# Rendezvous Schreibatelier



Solange du schreibst, was du schreiben möchtest,  
ist das alles, was zählt.  
*Virginia Woolf*

Stell dir vor, es gäbe einen Raum, der liebevoll eingerichtet ist und den Blick auf grosse und kleine Schätze freigibt. Stell dir vor, du würdest eine Schale heissen Tee trinken und ein feines Kleingebäck geniessen. Stell dir vor, du hättest in diesem Raum ein Rendezvous mit Buchstaben und Worten, die von dir geschrieben werden wollen. Einen solchen Raum gibt es! Gerne lade ich dich in mein Atelier l'espace in Jegenstorf ein.

## Selbstfürsorge küsst Worte wach

An was denkst du, wenn du das Wort „Selbstfürsorge“ hörst? An einen gemütlichen Abend mit einem guten Buch oder an eine wunderbare Ganzkörperbehandlung mit allem drum und dran oder vielleicht an ein Wellnesswochenende mit einem Lieblingsmenschen oder an eine schöne Tasse Tee? Dies alles ist wunderbar und tut dir bestimmt gut. Doch Selbstfürsorge ist noch sehr viel mehr. Möchtest du dich aktiv um dich selbst kümmern und zwar weit über den geläufigen Sprachgebrauch hinaus? Möchtest du deiner Selbstfürsorge Wurzeln geben und Flügel verleihen? Möchtest du Selbstfürsorge ins neue Jahr einladen?

Schenke dir Raum und Zeit für ein achtsames Selbstmanagement inspiriert vom Zürcher Ressourcen Modell ZRM®. Dieses unterstützt dich, eine selbstfürsorgliche Haltung zu entwickeln und in deinen Alltag zu integrieren.

Geh auf Entdeckungsreise und lass dich von meinen kreativen Schreibimpulsen inspirieren! Deine poetischen, fröhlichen, nachdenklichen und persönlichen Worte finden auf dem Papier ihren Platz. Halte einen Moment inne und schenke dir Raum und Zeit für Achtsamkeit. Entdecke deine kreative Kraftquelle, um Schönheit und Gelassenheit im Alltäglichen zu entdecken. Nimm deine persönlichen Schätze gut verpackt mit nach Hause.

Wo

Atelier l'espace, Bernfeldweg 8, 3303 Jegenstorf

Wann

Freitag, 17. Januar 2025, 19 – 21 Uhr

Mitbringen

persönliches Schreibmaterial

Kosten

Fr. 50.— inkl. Material, Tee und Kleingebäck



Karin Bütikofer, Bernfeldweg 8, 3303 Jegenstorf  
[www.lespace.ch](http://www.lespace.ch), [karin.buetikofer@bluewin.ch](mailto:karin.buetikofer@bluewin.ch)