

Zeige dich und wachse!



Tagesworkshop am Samstag, 21. November 2026
10:00 – 16:30; 1 Stunde Mittagspause

Grosser Saal im Pfarreizentrum Bruder Klaus, Aebistrasse 86, Biel.
Türöffnung ab 09:40; pünktlicher Beginn.

Leitung: Rébecca Kunz und Melvin Hasler

Anmeldungen bis 12. November an: Barbara Maier, Sekretariat BK,
barbara.maier@kathbielbienne.ch oder 032 366 65 99.

➔ Details siehe Rückseite

Manchmal haben wir Hemmungen, uns zu zeigen. Vielleicht haben wir Angst vor Blamage oder meinen, wir dürfen uns den Raum nicht nehmen. Das sind alte Irrtümer, denn jeder Mensch möchte (auch) gesehen werden. Das geht nur, indem wir uns zeigen und hat nichts mit „Performance“ zu tun, im Gegenteil: Spiegelung von aussen ist für unser Ganz-Mensch-Sein, mit allem was uns ausmacht, die Grundlage jeglicher Entwicklung. Sich zeigen ist somit ein bewusstes Ja zum eigenen Wachstum. Das fällt in einer geschützten, bewertungsfreien, humorvollen und verspielten Atmosphäre leichter. Wir lernen, unsere Tapsigkeiten liebevoll anzunehmen und alte Scham zu integrieren. Melvin Hasler und Rébecca Kunz gestalten den Tag zusammen. Das heisst, es gibt im Wechsel meditative und tanzende Intervalle sowie grössere Impro-Teile.

Mitnehmen: Leichte Gymnastikkleidung (Umziehen vor Ort möglich), Schläppli, Trinkflasche, Picknick (Mittagspause ca 12:30 – 13:30).

Info: Rébecca Kunz, rebeccakunz@gmx.ch, 031 972 33 11
www.heilender-raum.ch

Kosten: Der Anlass wird für Menschen, die sich mindestens 2 x jährlich im Pastoralraum der kath. Kirche Biel freiwillig engagieren, als Weiterbildung anerkannt und die Hälfte der Kosten, also 50.-, wird übernommen. Für alle anderen betragen die Kosten CHF 100.- Dies bei der Anmeldung auf dem Sekretariat mitteilen. Geld in bar zum Workshop mitbringen. *Die Kursteilnahme soll nicht an den Kosten scheitern. Bitte auf dem Sekretariat BK um eine Preisreduktion fragen.*