



# Farben verleihen Flügel

Malen und Meditieren

17. – 24. November 2007

**Hotel**  
**Sunnehüsi**  
3704 Krattigen   
sunnehuesi@bluewin.ch Tel. 033 654 92 92

Diese Tage wollen eine Oase in der verklingenden Herbstzeit sein. Das Malen (Spiel mit Farben und Formen) und das Meditieren (achtsames Stillesein) bewegen den Körper und die Seele. Sich berühren lassen von den gemalten Bildern und vom Klang der Stille machen offen für das, was sich in uns weiten und entfalten will. Sie sind eingeladen sich mitten im Leben mit der eigenen inneren Mitte zu verbinden.

Das Angebot richtet sich an Menschen mit oder ohne Erfahrung im Malen und Meditieren. Wichtig ist die Lust sich auf Neues einzulassen. In aller Ruhe können Sie noch Unbekanntes ausprobieren.

Bei Spaziergängen in der freien Natur vertiefen wir das Erlebte und nehmen die Kraft der schönen Landschaft in uns auf.

## **Begleitung:**

Annamaria Schneider

Mal-, Gestalt- und Imaginationstherapeutin i.A.

Fritz C. Schneider, Pfarrer

Zugimattstr. 7, 3638 Blumenstein

## **Mitnehmen**

Dem Wetter angepasste Kleidung, Hausschuhe, warme Socken und Decke für das Sitzen oder Liegen, Kleider für das Malatelier.

**Anreise** am 17. November zwischen 14.00 und 15.30 Uhr

- *Anreise öffentlich:* Busverbindung ab Bahnhof Spiez bis Krattigen Dorf, von hier 5 Min zu Fuss, Wegweiser folgen

- *Anreise mit Auto* bis Bushaltestelle Krattigen Dorf, danach Wegweiser folgen.

Wir freuen uns, Sie mit einem Tee begrüßen zu dürfen.

**Erstes Treffen** im Gemeinschaftssaal um 16.00 Uhr

**Abreise** 24. November nach dem Mittagessen, ca. 13.30 Uhr

## Tagesablauf

7.30	Uhr	Morgenlob
8.00	Uhr	<i>Frühstück</i>
9.00	Uhr	Malatelier
10.30	Uhr	freie Zeit
12.00	Uhr	<i>Mittagessen</i>
13.00	Uhr	freie Zeit
16.00	Uhr	Malatelier
18.00	Uhr	<i>Nachtessen, Abendandacht</i>

In der freien Zeit können Sie spazieren, malen oder meditieren, je nach Ihren Bedürfnissen.

## Kosten:

- Für Malmaterial und Unkosten Fr. 100.-

Bitte direkt bei A. Schneider bezahlen.  
- Für Verpflegung, Zimmer mit WC und Dusche Fr. 700.- inkl. Kurtaxe und MWSt. Sie erhalten am Ende der Woche einen Einzahlungsschein für die Bezahlung der Hotelkosten.

**Informationen** Annamaria Schneider Tel 033 356 08 44  
[annamaria.schneider@sternengold.ch](mailto:annamaria.schneider@sternengold.ch)  
[www.sternengold.ch](http://www.sternengold.ch)

## Anmeldung bis spätestens 10. November:

Hotel Sunnehuesi, 3704 Krattigen  
Tel. 033 654 92 92, Fax 033 654 19 76  
mail [info@sunnehuesi.ch](mailto:info@sunnehuesi.ch)

.....  
**Anmeldung**

Name: .....

Vorname: .....

Geb.-Datum: .....

Adresse: .....

Tel. ....

mail .....

Ort, Datum: .....

Unterschrift: .....