



beta
Ateliergrünease

Finde zu Dir,
und schöpfe Kraft
aus Deinem Inneren

mal- und kunsttherapie

Wenn der Alltag an den Kräften zehrt, ist es nicht immer einfach, an sich selbst zu denken. Ich bin da, damit Sie Schritt für Schritt wieder zu Ihrem Gleichgewicht finden. Die Mal- und Gestaltungstherapie gestaltet sich individuell und nach Ihren Bedürfnissen.

Nehmen Sie sich Zeit und wir finden heraus, wie ich Sie am Besten unterstützen kann.



Die ganzheitliche Therapieform nutzt die heilende Kraft des gestalterischen Tuns. In der Therapie werden verschiedene, den Prozess unterstützende kreative Gestaltungsformen (Malen, Gestalten, Gespräche) und -mittel (Farben, Ton, Gips u. a.) eingesetzt.

Etwas zu gestalten stärkt das Bewusstsein, etwas verändern zu können. Dieses Potenzial zur Veränderung wird genutzt.

Mal- und Kunsttherapie kann Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen, in verschiedenen Lebenssituationen helfen.



klangschalen



Während der Klangtherapie liegen Sie entspannt auf der Therapieliege. Klangschalen werden auf die Energiezentren des Körpers wie auch neben den Körper gestellt und sanft angeschlagen, angerieben oder

direkt über den Körper gehalten, ohne ihn zu berühren. Auf diese Weise überträgt sich der Schall des erzeugten Tons auf den Körper.

Klangschalen können Ihnen

- wohltuende Tiefenentspannung schenken
- körperliche Blockaden in Form von Druck und Schmerz lindern oder lösen (Migräne, Gelenke ...)
- Ihre Körperzellen regenerieren und energetisieren
- Ihre natürliche Körperzellerneuerung aktivieren

Klangschalenthherapie / Klangschalenmassage

- Dauer ca. 75 Min.
- Im 6er-Abo erhältlich

weitere therapiearten

- Nonverbale Therapie / Kommunikation, z. B. mit Kindern oder Gehörlosen
- Meditation
- Ausdruckstanz / Percussion / Musiktherapie
- Gesprächstherapie
- Traumaverarbeitung, aktive Imagination
- Primärtherapie



Einzeltherapiestunde

Dauer ca. 60 bis 90 Minuten. Abrechnung über die Grundversicherung oder die Zusatzversicherung der Krankenkasse.



Malgruppe

Donnerstagabend, 19 bis 21 Uhr und Samstagmorgen, 10 bis 12 Uhr, maximal 4 Personen.

Allgemeine Informationen zur Therapie

- Termine nur nach Vereinbarung
- Mit Krankenkassenanerkennung
- Mitglied GPK
- Tarife finden Sie unter: atelier-gruene-oase.ch

ich freue mich, Sie kennenzulernen



Mein Name ist Gitta Bettin und ich bin ein positiv denkender und humorvoller Mensch, der überzeugt ist, dass es für jedes Problem eine Lösung gibt.

- Aufgewachsen in Spreitenbach
- Mutter von vier erwachsenen Kindern
- Seit 2012 selbstständig praktizierende Mal- und Kunsttherapeutin im eigenen Atelier
- diverse Weiterbildungen und Kurse

Ich habe langjährige Erfahrung in der therapeutischen Arbeit

- mit Erwachsenen: Schwerpunkt ressourcenorientierte Arbeit, Depressionen, Burn-out, Traumata, Angsterkrankungen
- mit Kindern: Schwerpunkt schulische Probleme, Mobbing, Ängste, Selbstwertgefühl
- bei der Begleitung von Gruppen / Gruppenseminaren

mobiles mal-atelier

Sind Sie nicht mobil, krankheitsbedingt an Ihr Heim gebunden oder fühlen Sie sich einfach Zuhause am wohlsten, so komme ich gerne zu Ihnen. Mit dabei sind Staffelei, Farben, Pinsel, Bodenabdeckung - einfach alles, was es braucht.

Kontakt

atelier grüne oase

Gitta Bettin

Unterdorfstrasse 31 b

5703 Seon

Tel. 077 482 48 09

info@atelier-gruene-oase.ch

www.atelier-gruene-oase.ch