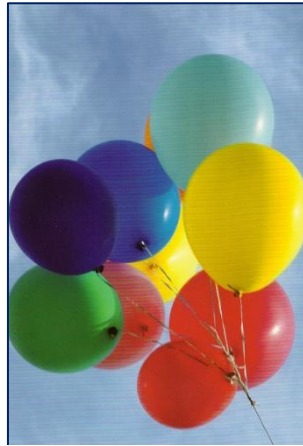


Sich einlassen – loslassen – sich wieder entdecken



Workshop 1: Inputs und Austausch

Erziehung ist ein ständiges Wechselspiel zwischen **sich einlassen** und loslassen. Das Sich-Einlassen bereichert unser Leben sehr, kann aber auch kräfteraubend sein. Oft stellt sich die Frage „Und wo bleibe ich...?“

Auf der anderen Seite muss ich mein Kind immer wieder ein kleines Stück **loslassen**. Dies ist ein enorm wichtiger Prozess, in dem es auch darum geht, mich selber wieder neu zu finden. Wie könnte mir das gelingen?

Auf diese beiden zentralen Fragen werden wir mit Austausch und verschiedenen Inputs Antworten finden.

Workshop 2: Grundlagen der Visagistik

In einem zweiten Teil wird eine mögliche, konkrete Umsetzung aufgezeigt, die Frau in uns **wiederzuentdecken**. Wie gelingt es mir meine Gesichtszüge aus dem Schatten zu holen? Wie rücke ich meine natürliche Schönheit ins richtige Licht? In der Fachsprache heisst das nicht anderes als: Wie setze ich Concealer und Rouge als Basics für den Alltag richtig ein?

Leitung: **Barbara Frischknecht**
Eltern- und Erwachsenenbildnerin, Primarlehrerin, Familienfrau
Sabina De Nuzzo
Kosmetikerin FA, Visagistin, Familienfrau

Kontakt Barbara Frischknecht, Tel. 071 352 36 32
www.elternbildung-ar.ch, bf@elternbildung-ar.ch