

*...kritzle dich in deine Tiefe*

Ich möchte dich begleiten, in einer  
exklusiven 1:1 Mal-Mediation.

Die Grundlage unserer gemeinsamen Arbeit  
basiert auf der Gribougramme®- Methode  
von Yvonne Lamberty. Ein einfacher blinder  
Kritzle fließt aus deiner nicht-dominanten  
Hand direkt auf das Papier und kann dir  
deine Innenwelt in Farbe und Form  
widerspiegeln. In die persönliche  
Begleitung fließt meine langjährige  
Erfahrung als Yogalehrerin und mein Wissen  
als Ergotherapeutin mit ein.

*...kritzeln kann jeder*

# Kontakt



06007/80147  
0177/4281700



Christina Groetsch  
Neue Straße 19  
61191 Rosbach



[info@in-der-schreinerei.de](mailto:info@in-der-schreinerei.de)



[www.in-der-schreinerei.de](http://www.in-der-schreinerei.de)



[inderschreinerei](https://www.instagram.com/inderschreinerei)



Komm mit,

**MAL ME(E)HR**

*...kritzle dich in deine Tiefe*



*Deine Ruheinsel*

Komme an auf deiner Insel der Ruhe!  
Dich erwartet eine wunderschöne  
Innenweltreise.

Mit dem Stift, Pinsel und Farbe darfst du  
auf eine erholsame Entspannungsreise auf  
dem Papier gehen.

Lass dich verzaubern vom Spiel der  
Farben, ohne Druck deiner vorgegebenen  
Linie folgen, beobachten und einfach  
Sein.

1 Termin à 90 Min.

75 €



*Schwimmen und Spielen*

Komme in Kontakt mit deiner kindlichen  
Neugierde!

Staune, was alles aus einem einfachen  
Kritzeln entstehen kann.

Auch hier erwartet Dich ein sicherer und  
entspannender Raum.

Jeder Termin startet mit einer kleinen  
Innenweltreise, einem meditativen  
Ankommen. Über das entspannte Kritzeln  
hinaus, lassen sich Formen, Muster und  
Strukturen erkennen, die dich nun einladen,  
mutiger zu werden. Lass dich von deinen  
Kritzeleien auffordern, mit Farben und  
Formen spielen. Überrasche dich selbst.

3 Termine à 90 Min

195 €



*Perlentaucher*

Auf deiner spielerischen Reise, entdeckst  
du, dass etwas am Grund des Meeres  
glitzert und glänzt. Du kommst in  
Berührung mit den Perlen unter deiner  
Oberfläche und tauchst ab, in deine  
innere Tiefe. Du kritzeln bunte Bilder an  
deine Oberfläche, die dir helfen, auf  
einem Weg zu mehr Verständnis für dich  
selbst. Du erfährst, wie jede Kritzelei  
einen Teil deiner Selbst widerspiegelt und  
dir sogar wertvolle Antworten und  
Einsichten schenken kann. Das  
Gribougramme® beginnt dort, wo die  
Worte aufhören.

5 Termine à 90 Min

295 €

