



Ursula von Ammon

Durch meinen Beruf habe ich entdeckt, wie wertvoll es ist, die emotionale Seite kennen zu lernen und zu leben.

Ich lese gern. Noch lieber spreche ich Gedichte, Geschichten und Märchen.

Beim Balancieren setze ich mein Gleichgewicht aufs Spiel, um es – und damit auch mich selbst – stets neu zu finden.

Ich begleite Sie gern, wenn Sie neugierig geworden sind auf eigene Erfahrungen in diesen Bereichen.

Meine Angebote richten sich an:

- ⌘ Mitarbeiter in Kitas und Kindergärten
- ⌘ Mitarbeiter in Firmen & Institutionen
- ⌘ Elterngruppen
- ⌘ Menschen mit Freude an Dichtung

Foto: Agnes Witte Gestaltung: www.design-im.de

Kurse und Privatstunden finden im **Rudolf-Steiner-Haus, Beselerallee 16, 24105 Kiel** statt.

Ich organisiere überregional Seminare und künstlerische Veranstaltungen. Im Umkreis von ca. 70 km komme ich auch gern in Ihre Räumlichkeiten.

bewegen & sprechen
stimmig



SPRACHGESTALTUNG

Was ist das?

Mit den Elementen von Sprache und Sprechen bewußt umgehen.

Was bringt mir das?

Mein Sprechen in Alltag und Beruf souverän handhaben können.

Was ändert sich?

Sprache als vielschichtiges Ausdrucksmittel erleben und anwenden.

Die Sprachgestaltung wurde von Rudolf und Marie Steiner im ersten Drittel des vorigen Jahrhunderts entwickelt. Sie umfasst eine Fülle vielfältigster Übungs-Anregungen und ermöglicht dadurch einen neuen Kontakt zu Vokalen, Konsonanten, dem Fluss des Sprechens, dem entspannten Atem, der eigenen Stimme.

HENGSTENBERG BEWEGUNGSSPIEL

Was ist das?

Spielen mit dem Gleichgewicht; mithilfe der Materialien aus Massivholz wie Kippelhölzer, Balancierbrettchen, Hockern, verschiedenen Leitern u.a.m. entstehen einfache bis komplexe Bewegungslandschaften und laden zum experimentieren ein.

Was bringt mir das?

Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten; Geschicklichkeit; leichte, fließende Bewegungen; Zufriedenheit.

Was ändert sich?

Mehr Lebensfreude und Initiativkraft, neue Verhaltensqualitäten im Alltag.

Elfriede Hengstenberg war ab den 20er Jahren des vorigen Jahrhunderts als Bewegungspädagogin in Berlin tätig. Je ungestörter ein Mensch seine – gut vorbereitete – Umgebung erforschen darf, desto mehr Selbstsicherheit und Alltagskompetenz wird er sich erwerben. Das geht in jedem Lebensalter.

KÜNSTLERISCHE ANGEBOTE

Was ist das?

Gedichte, Geschichten und Märchen wollen vorgelesen, erzählt und gehört werden: ich biete Ihnen verschiedene SoloProgramme zu unterschiedlichen Anlässen an. Oder Sie haben selbst Lust Dichtung zu sprechen und buchen einen entsprechenden Kurs.

Was bringt mir das?

Eine Pause vom Alltag erfüllt mit Lauschen und Eintauchen in unbekannte Welten und Schicksale.

Was ändert sich?

Echte Kunstwerke kann man gar nicht oft genug genießen, weil sie die Seele nähren, so wie der Körper zu seinem Gedeihen Essen und Trinken braucht.