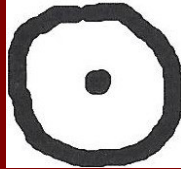


# Kama8



# Arte del Tocco

Die Kunst der Berührung

## Wir spielen das 3-Minuten-Spiel

(Konsens-Rad gemäss Betty Martin und Harry Faddis, Erfinder)

Es erwartet dich ein spannender, nährender Abend mit achtsamen Berührungen, wo es um dich und um deine Wünsche und Grenzen geht.

spüre ich meine Bedürfnisse?

habe ich den Mut, meine Wünsche zu äussern?

erlaube ich mir, zu nehmen? / gebe ich mich hin?

wahre ich meine Grenzen? / kann ich 'nein' sagen?

bin ich bereit, zu dienen?

Wir spielen das 3-Minuten-Spiel, danach reflektieren wir und tauschen uns über die gemachten Erfahrungen und Erkenntnisse aus.

Es kann dich in allen deinen Beziehungen (sinnlichen, freundschaftlichen, familiären, beruflichen und sozialen) unterstützen.

Du bist auf dem tantrischen oder taoistischen Weg, bist vertraut mit Körperarbeit, Achtsamkeit und Präsenz, bist offen mit allen Menschen in Austausch zu treten, kennst deine Grenzen und respektierst dein Gegenüber.

Ich freue mich auf dich!

Katharina

Ort:	Datum:	Zeit:
Basel (Dreispitz)	19.4. / 20.6. / 23.8. / 25.10.	19:30-22:30
Zürich (Bhf. Wipkingen)	31.5. / 26.7. / 13.9. / 29.11.	19:00-22:00

Fr. 50.- pro Abend / 4 x spielen = 3 x bezahlen (150.- statt 200.-) Deine Anmeldung ist mit der Zahlung definitiv. Details zum Ort folgen.

Anmeldung: [kama8@gmx.ch](mailto:kama8@gmx.ch)

**Kama8**

[www.kama8.ch](http://www.kama8.ch)



+41763794626

**Arte del Tocco**

[kama8@gmx.ch](mailto:kama8@gmx.ch)