



Spiel dich frei

Musiktherapiegruppe für Erwachsene

in Wetzikon/ZH

14-tägig am Donnerstag, 14.00 - 16.00 Uhr
2. Semester 2021

I Was

In einer kleinen Gruppe von Menschen findest du zu dir und deiner eigenen Musik. Diese darf alles sein: was du gerade empfindest, was dich bewegt, was dir gefällt. Deine Musik wird nicht bewertet, sondern darf sich frei entfalten. Eine grosse Vielfalt von leicht spielbaren Instrumenten steht dir zur Verfügung. Natürlich kannst du auch ein eigenes Instrument mitbringen.

In dieser Art des Musizierens lassen sich Gefühle, Stimmungen, Empfindungen ohne Worte ausdrücken. Dadurch verdichten sich diese, können ausgespielt und angenommen werden.

Es tut gut, die inneren Töne nach aussen zu bringen: das Vertrauen in die eigenen Kräfte wird gestärkt, und neue Wege können gefunden und ausprobiert werden.

Im verbalen Austausch über das Erlebte findet Reflexion und Verarbeitung statt.

I Wer

Diese Gruppe eignet sich für dich, wenn du

- dich selber besser kennenlernen und verstehen möchtest.
- deine musikalische Spielfreude (wieder-) entdecken oder pflegen willst.
- ein Weiterkommen bei persönlichen Lebensthemen suchst.
- Musiktherapie schon kennst und darin weitere Schritte tun möchtest.
- Freude hast, dich in einer Gruppe auszutauschen und zu improvisieren.

Vorkenntnisse im Umgang mit Musikinstrumenten sind nicht nötig, aber auch nicht hinderlich.

I Daten Aug.: 26. // Sept.: 9. // Okt.: 21. // Nov.: 4., 18. // Dez.: 2., 16.

I Kosten Fr. 455.- (7 Treffen)
Krankenkassenbeiträge über Zusatzversicherung je nach Kasse möglich.

I Gruppe 5 - 8 Teilnehmende

I Ort Canario Musikatelier
Zürcherstrasse 29
8620 Wetzikon
Tel. 044 932 19 69 / info@canario.ch

I Leitung Manuel Oertli, Musiktherapeut MAS, Musiker

I Anmeldung Ein Einstieg ist nach einer Schnupper-/ev. Einzelsitzung jederzeit mit Verpflichtung bis Ende des Semesters möglich. Die Kosten werden entsprechend reduziert.