

Psychosoziales Zentrum Linz-Urfahr

Mein bewegtes Leben

Tanztherapeutische Gruppe

∞ Die eigenen Bewegungen im Hier & Jetzt erleben –
eine Selbsterfahrung auf Körperebene ∞

Die Gruppe richtet sich an Menschen mit psychischen und/oder psychosomatischen Beschwerden, die Freude an achtsamen Bewegungen und Interesse an neuen Entfaltungsmöglichkeiten anhand von tanztherapeutischen Elementen haben.

Die Gruppe bietet die Möglichkeit ...

- die wohltuende Wirkung freier Bewegung zu erfahren
- unterschiedliche Bewegungselemente kennenzulernen
- den Rhythmus zur Musik zu erleben
- sich achtsam dem eigenen Körper zuzuwenden
- die eigenen Erfahrungen zu teilen und zu reflektieren

Leitung:

Evelyn Steiner, Sozialarbeiterin, Sexualpädagogin und Tanztherapeutin
i.A.u.S. Dorian Spitzer, Berater im Krisenzimmer von Exit Sozial

7 Termine Herbst 2026 - jeweils von 13:00-14:30 Uhr:

Mittwoch, 16.9.	Mittwoch, 14.10.
Mittwoch, 23.9.	Mittwoch, 21.10.
Dienstag, 29.9.	Mittwoch, 28.10.
Dienstag, 6.10.	

Ort:

Psychosoziales Zentrum Linz-Urfahr & Urfahr-Umgebung
Wildbergstraße 10a, 4040 Linz, 1. Stock, Gruppenraum

Teilnehmer:innen: 6 Personen, geschlossene Gruppe

Info & Anmeldung: 0732 / 719 719 bei Evelyn Steiner

Die Teilnahme ist kostenlos!



Mitglied werden!
Unterstützen Sie
Exit Sozial mit Ihrer
Mitgliedschaft!

Verein für
psychosoziale
Dienste

exitsozial.at

IBAN: AT935400000200706539
BIC: OBLAAT2L – Hypo OÖ

ZVR: 213 121 822
UID: ATU24506504

Wildbergstraße 10a
4040 Linz

Telefon: 0732 / 719 200
Mail: service@exitsozial.at