

Neue Kraft und Zuversicht

Der Alltag mit einem besonderen Kind bringt viele Herausforderungen mit sich – emotional, mental, körperlich. Dabei geraten die Bedürfnisse der Eltern oft in den Hintergrund.

Mit meinem kreativen Angebot biete ich Müttern und Vätern einen geschützten Raum, um:

- ☺ **Gefühle kreativ auszudrücken**
- ☺ **Erlebtes zu verarbeiten**
- ☺ **Neue Perspektiven zu gewinnen**
- ☺ **Innere Ruhe zu finden**
- ☺ **Eigene Bedürfnisse zu erkennen**
- ☺ **Neue Kraft und Zuversicht zu bekommen**
- ☺ **Sich mit anderen Müttern und Vätern auszutauschen**

Es braucht keine künstlerische Erfahrung. Alles, was zählt, ist die Bereitschaft, sich selbst etwas Gutes tun zu wollen.

Aktuelle Termine:

www.kreative-ressourcen.de/termine

Hier geht es um Dich.
Um das, was Dich bewegt.
Und um die Kraft, die im kreativen Tun entstehen kann.



Kreative Ressourcen



Nicole Lepold
Kreatives Coaching
Kunsttherapie

www.kreative-ressourcen.de

Tel. 0160-8815206

E-Mail: nicole.lepold@gmail.com

Meine Ausbildungen:

- Kunsttherapie (Akademie artig Köln)
- Kreativer LifeCoach i.A. (Dragonfly Academy)
- Ganzheitlicher Coach (Angelika Gulder)
- IoPT - Identitätsorientierte Psychotrauma-Therapie nach Franz Ruppert (Alexander Brombach)

Mein Herzensprojekt:

Mütter und Väter von besonderen Kindern **KREATIV** stärken



Kreative Ressourcen

Konzept für Vereine & Initiativen

Familien liegen mir am Herzen, ganz besonders die mit einem besonderen Kind. Aus eigener Erfahrung weiß ich, dass das Leben für Eltern von einem Kind mit Handicap sehr herausfordernd und erschöpfend sein kann. Damit Eltern gestärkt und handlungsfähig bleiben ist es wichtig, dass sie sich Auszeiten nehmen um gut für sich zu sorgen.

Mit meinem Angebot biete ich solche Auszeiten und unterstütze Mütter und Väter darin sich auf kreative Weise mit verschiedenen Materialien und Farben auszudrücken, Erlebtes zu verarbeiten und zu neuer Kraft und Freude zu kommen. Sie erleben, wie sie selbst wirksam sein können. Außerdem ist der Austausch mit weiteren Betroffenen in einer geschützten Gruppe besonders wertvoll.

Ich arbeite mit bewährten Methoden des Kreativen Coachings und der Ressourcen-orientierten Kunsttherapie.

Vereinen, Initiativen und Selbsthilfegruppen stehe ich mit meinem Angebot an kreativen Workshops zu Verfügung. Sie sind eine sehr wirkungsvolle Ergänzung zur Selbsthilfe. Gerne erstelle ich ein individuelles und unverbindliches Angebot angelehnt an die Bedürfnisse der Gruppe.

www.kreative-ressourcen.de

Tel. 0160-8815206

E-Mail: nicole.lepold@googlemail.com



Gruppen Workshops

- Gruppentreffen mit max. 6-8 Personen
- Stärkendes kreatives Arbeiten angelehnt an die Bedürfnisse der Gruppe
- Austausch und Netzwerken
- Einzel-Workshops oder Workshop-Reihen



1:1 Kreativ-Coaching

- Persönliches Kreativ-Coaching auf eigene Bedürfnisse zugeschnitten
- Flexible Terminbuchung und Verlängerung
- In Präsenz und online möglich

Referenzen

SÜSSE ZITRONEN KÖLN E.V.

*"Inzwischen haben wir schon zwei Kurse für Eltern mit Kindern mit Behinderung mit Nicole durchgeführt und bekommen durch die Teilnehmer*innen auch nur positive Rückmeldungen, wie wohltuend es ist, sich Zeit für sich zu nehmen und sich in kreativem Schaffen auszudrücken. Nicole schöpft dabei aus ihrem Kreativfundus, führt die Gruppe in die unterschiedlichsten Materialien und Techniken ein und schafft es durch ihre sehr entspannte und unaufdringliche Art, der Gruppe auch immer genügend Raum für Begegnung und Austausch zu geben. Wir freuen uns auf weitere Kurse mit ihr!"*

ELTERNINITIATIVE HERZKRANKE KINDER KÖLN E.V.

"Die Seminare von Nicole Lepold haben einen großen Mehrwert für unsere betroffenen Mütter. Dies spiegelt sich im positiven Feedback der Teilnehmerinnen wider. Durch ihre Qualifikation im kunsttherapeutischen Bereich und in ihrer Tätigkeit als Coach gelingt ihr ein bereichernder inhaltlicher Mix. Die Teilnehmerinnen können sich hierdurch sowohl kreativ ausdrücken als auch von Frau Lepolds Coaching profitieren. Selbst Mutter eines Kindes mit Handicap kann sie die Themen, die unsere Teilnehmerinnen beschäftigen emphatisch nachvollziehen und ihre eigenen Erfahrungswerte einbringen. Wir freuen uns auf unser nächstes Mütterseminar im Mai mit ihr."