



Inga Frohne



Karin Kremling-Jüchter



Thomas Jüchter

Dipl. Musiktherapeut/FH-NL, Studium in Nijmegen/NL, seit 1994 in psychosomatischen Kliniken tätig, seit 2001 KH Ginssterhof, zertif. Singleiter (SiKra), Dozent in Singleiter-Weiterbildung (SiKra), 2008 Gründung der Mitsing-Initiative cantokreise



Kordula Voss

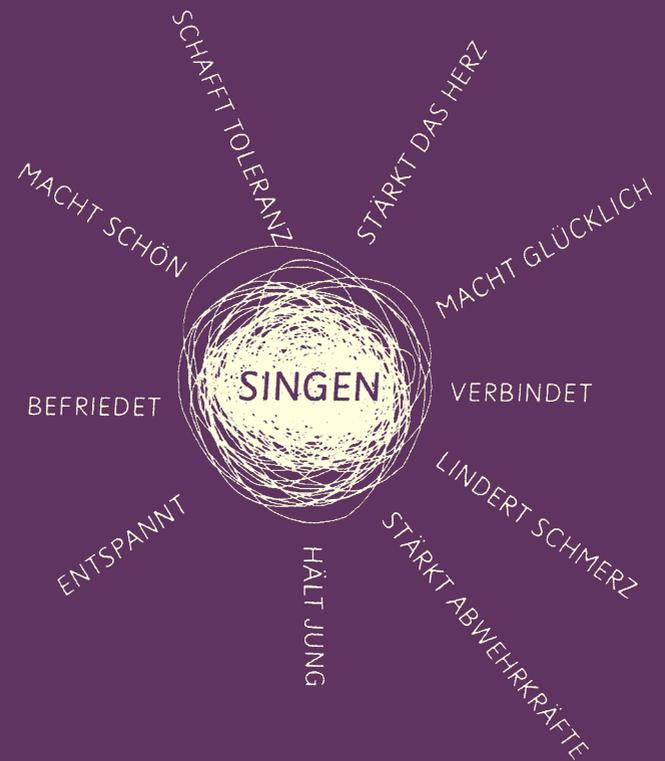


Katrin Grassmann

Singen mit und für Seele, Herz und Körper

CANTO

K R E I S E



Programm 2020

In unseren cantokreisen und Seminaren kannst Du die heilsame Kraft der eigenen Stimme finden und erfahren. Wir singen

indische Mantras, indianische und afrikanische Kraftlieder, Sufi-Songs und andere heilsame Lieder, auch in deutscher Sprache, begleitet von Gitarre, Piano und Percussion.

Wenn wir uns dem Singen hingeben, kann etwas Wunderbares entstehen. Singen öffnet unsere Herzen und lässt die innere Verbindung zu uns selbst, zueinander und zu einem größeren Ganzen spürbar werden. Mitgefühl und Liebe erhalten Raum, wir erfahren Wohlklang und Stille.

Heilsames Singen vermag Stress, Schmerz, Angst- oder depressive Zustände zu lindern, die Selbstheilungskräfte zu stärken und kann insofern eine wirksame Burn-out-Prophylaxe sein.

Jede*r ist willkommen mitzusingen! Singerfahrungen sind weder erforderlich noch hinderlich. Komme mit der Bereitschaft, Dich neuen Erfahrungen zu öffnen.

Unser Motto ist:

Es gibt keine falschen Töne – nur Variationen.



cantokreise in Buxtehude 2020

SINGEN AM SONNTAG

16-18 Uhr, mit Pausentee und (mitgebrachtem) Keksbuffet. Jede*r ist willkommen! Bitte warme Socken mitbringen. Kostenbeitrag 10 €, Ermäßigung möglich. Mit Thomas und Freunden

12.1. / 9.2. / 8.3. / 10.5.* / 7.6. / 12.7. / 6.9. / 4.10. / 15.11. / 13.12.**

* Workshop mit Katrin Grassmann und Thomas

** Sommerfest im Garten (Änderungen möglich. Siehe

www.cantokreise.de und Tagespresse)

HALBJAHRESGRUPPE „HEILSAMES SINGEN“

Dienstags 20-22 Uhr, Einstieg im Februar und September möglich.

Kosten: 30 €/Monat (Ermäßigung nach Absprache, Anmeldung erforderlich) mit Thomas oder Karin

→ **Veranstaltungsort jeweils** Forum Lebenshilfe, Apensener Straße 93, Buxtehude

Wochenend-Seminare 2020

SINGEN – SCHWINGEN – SEIN!

17.-19. Januar im Seminarhaus Pegasus in Krummendeich/Kehdingen, mit Thomas und Inga

„...UND ICH WEISS NOCH NICHT, BIN ICH EIN FALKE, EIN STURM ODER EIN GROSSER GESANG?“ - SINGLEITERWEITERBILDUNG

18.-20. September im Seminarhaus MaRah in Rahden, Selbsterfahrung, Vertiefung und Reflexion heilsamer Lieder bei urmenschlichen Themen, mit Kordula Voss und Thomas

Dieses Seminar kann als Weiterbildungsmodul zum zertifizierten Singleiter (Singende Krankenhäuser e.V.) eingebracht werden.

Weitere Infos zu allen Veranstaltungen: www.cantokreise.de

Flyergestaltung: Emil Jüchter
Fotonachweise: siehe www.cantokreise.de