

VON ALLEN WASSERN GETRAGEN

DREI KÜNSTLERISCH-KREATIVE DIALOGRÄUME ALS FRAUENATELIER

Frauen* ab 16 Jahren sind eingeladen, Teil einer generationenübergreifenden Begegnung zu werden! Es gibt Raum für Austausch, kreative Selbstentfaltung und gestärkte Selbstwirksamkeit.

Wir sprechen über Themen, die uns als weibliche Wesen bewegen – von Naturverbundenheit über Zykluswissen bis hin zur Kraft der Intuition. Du musst nichts können, außer neugierig sein. Der eigenen Wahrnehmung zu trauen und sie zu erweitern, wird immer wieder im Mittelpunkt stehen. An diesen spielerischen, co-kreativen Nachmittagen kann jede* für sich und im Austausch mit den anderen, einen freien, bildlichen Ausdruck finden. Sibylle Reichel wird dabei anregend und impulsgebend zur Seite stehen. Letztendlich spielt es keine Rolle WIE sondern DASS wir uns bildlich ausdrücken.

Gemeinsam gestalten wir einen geschützten Rahmen, in dem wir uns gegenseitig ermutigen, inspirieren und stärken können. Durch Gespräche und kreative Impulse entdeckst du neue Perspektiven – und vielleicht sogar neue Seiten an dir selbst.

DIE EINZELNEN THEMEN

n°1 Die Erde als Spiegel für weibliche Kraft |

26.09.2026

n°2 Die Körperin als Ressource für Verbundenheit | 31.10.2026

n°3 Der Tod als ein feminines Tor des Lebens | 21.11.2026 (gemeinsam mit Rina Nowak, Sterbeamt, Leipzig)

TERMINE

26.09.2026 | 31.10.2026 | 21.11.2026

jeweils Samstag von 14 – 17 Uhr

Die Workshops bilden eine Reihe, können aber auch einzeln besucht werden.

KOSTEN

10 € je Workshop

Bleib bitte nicht des Geldes wegen fern! Wir werden die erforderliche Summe von 50 € pro Treffen solidarisch zusammen tragen. Mehrbeträge kommen dem Förderverein der Bibliothek als Spenden zugute.

Die Workshopreihe wird vom Landkreis Saalfeld-Rudolstadt gefördert.

ORT

Stadtbibliothek Rudolstadt (Aula)

Schulplatz 1 | 07407 Rudolstadt

ANMELDUNG

Um eine verbindliche Planung zu ermöglichen, bitten wir um frühzeitige Anmeldung (spätestens bis zum jeweiligen Sonntag davor) unter dieser Adresse: info@sibylle-reichel.de

Es gibt max. 12 Plätze.

Rückfragen unter info@sibylle-reichel.de

MATERIAL

Eine Grundausstattung wird gestellt. Sehr gerne kannst du auch eigene Materialien zum Werkeln mitbringen: Stifte, Farben, Papier, Schere, Pinsel, Wolle, Nähmaterial, Naturmaterial, auch persönliche Gegenstände, die mit dem Thema verbunden sind... Einfach was du magst und was dir liegt.

WILLKOMMEN!

Sibylle Reichel sieht sich als Feldforscherin für Dialog. Sie erkundet Begegnung und Austausch zu vielerlei Themen; in ihrer Arbeit verknüpft sie immer wieder Wahrnehmung, Bild und Sprache.

www.sibylle-reichel.de

insta: [sibylle_reichel](https://www.instagram.com/sibylle_reichel)

Möztelbach 10 - 07407 Uhlstädt-Kirchhasel
036742.63427 oder 0157.84590338



VON ALLEN WASSERN GETRAGEN

DREI KÜNSTLERISCH-KREATIVE DIALOGRÄUME ALS FRAUENATELIER

MIT SIBYLLE REICHEL UND RINA NOWAK

N°1 – 26.09.2026

Naturverbundenheit –
Die Erde als Spiegel für weibliche Kraft

Die zyklischen Prozesse der Erde – wie Jahreszeiten oder Mondphasen – werden zu Metaphern und Begleiterinnen für den kreativen Prozess. Eine Anregung zum Innehalten, horchen und das zum Ausdruck bringen, was in uns und um uns ist.

Im gestaltenden Tun werden wir zeichnen, malen, schneiden, kleben... Ein wertschätzender, gemeinsamer Austausch auf Augenhöhe rundet die Erfahrungen ab.

N°2 – 31.10.2026

Die Körperin als Ressource für Verbundenheit

In diesem Teil stellen wir weibliche Körpererfahrungen und Zykluswissen in den Mittelpunkt. Im gestaltenden Tun werden wir zeichnen, malen, schneiden, kleben...

Jede* wird sich auf ganz eigene Weise im Bild

nähern können. Über die Arbeiten kommen wir miteinander wertschätzend und auf Augenhöhe ins Gespräch. Und dann vielleicht wieder zeichnen, malen, gestalten...

N°3 – 21.11.2026

Der Tod als ein feminines Tor des Lebens
(mit Rina Nowak, Sterbeamme, Leipzig)

Dieser Dialog-Raum versteht sich als Teil einer lebendigen Sterbe- und Trauerkultur, die den Totenmonat November mit Farbe, Verbundenheit und Tiefe versehen will. Sibylle Reichel gestaltet ihn gemeinsam mit der Sterbeamme Rina Nowak aus Leipzig.

Wir werden uns dem Tod in all seinen Facetten und Erscheinungsformen künstlerisch-kreativ und dabei miteinander sprechend nähern. Das gemeinsame Erkunden der femininen Qualitäten im Tod als eine mögliche Spur rührt von Deutungen rund um die Mütterlichkeit des Todes, die uns zurück in den Schoß und die Geborgenheit von Mutter Erde führen kann. Durch die Gleichzeitigkeit von sprechen, hören

und der Aktivität mit den Händen, können unsere Worte und Sprache leichter ins Fließen kommen. Im gestaltenden Tun werden wir zeichnen, malen, schneiden, kleben... Ein wertschätzender, gemeinsamer Austausch auf Augenhöhe rundet die Erfahrungen ab. Stille und Lauschen auf das von anderen Gesprochene ist ebenso sehr willkommen.

Rina Nowak – Sterbeamme

Als Sterbeamme und Kulturschaffende begleite ich Menschen dabei, ihr eigenes souveränes Verhältnis zum Sterben und zur Trauer zu finden: am Lebensende, nach dem Tod eines nahen Menschen oder in einer existenziellen Krise. Dadurch möchte ich eine lebensbejahende Sterbe- und Trauerkultur mitgestalten, die sich auf Lebendigkeit, Ganzwerdung und Würde ausrichtet.

www.essenzfilterung.de | insta: [essenzfilterung](https://www.instagram.com/essenzfilterung)
Ganzheitliche Sterbe- und Trauerbegleitung
Vorträge | Workshops
+49 176 5259 6887