



**:innovage**  
Erfahrung schafft Zukunft

## Collegium 60plus Graubünden 2025

### Meditieren – Malen - Gestalten

**18. November 2025** 10.00 bis 13.00 Uhr. Anschliessend essen wir zusammen noch das mitgebrachte PickNick (13.00 bis 14.00 Uhr).

Kosten: CHF 50

Moderation: Katharina Vonow

Das Seminar ist für alle Alter offen!

Das Treffen ist für die, die an Kunst und Kreativität interessiert sind.

Beim Meditieren gehen wir in die Stille. In den Raum, in der unser Genie steckt. So beginnen wir zu malen und zu gestalten. Wir lassen uns überraschen von dem was entsteht. Immer berührt uns unsere innere Kreativität. Im Gespräch tauschen wir uns aus und erfahren Inspiration.

Ort: im Atelier von Katharina im Haus Cresta ob Rodels.

Bitte mitbringen: Papier, Farbe, Pinsel etc.

Anmeldung bei Katharina unter

Tel. 081 630 12 42 / [schulung@katharina-vonow.ch](mailto:schulung@katharina-vonow.ch)

Oktober 2025