



Immer wieder sonntags im Almanac Palais Vienna Neu: Art Therapy in Wien – ab sofort gibt Petra Krassnitzer im Designhotel Almanac Palais Vienna spannende Workshops mit viel Kunst und Kreativität

München / Wien, 26. Februar 2024 – Malen und kreativ sein zählt schon lange zu den besten Möglichkeiten, sich zu entspannen und nachhaltig Stress abzubauen. Das Almanac Palais Vienna am Ring bietet ab sofort an ausgewählten Sonntagen eine ganz besondere Reihe an Workshops: Mag. Petra Krassnitzer, Leiterin einer kunsttherapeutischen Praxis in Wien, gibt sogenannte Art Therapy Kurse. Themen der verschiedenen Sessions sind unter anderem Self-care, Inner Glow oder Colour Spa, die in den beeindruckenden Heritage Rooms oder dem stilvollen Atrium des Almanac Palais Vienna stattfinden. Weitere Informationen unter www.almanachotels.com/vienna.

Was genau ist eigentlich diese Art Therapy? Die Workshops fördern den Energiefluss im Körper und helfen, unterschiedlichste Gefühle auf künstlerische Art und Weise auszudrücken. Mit einer Mischung aus Meditation und Kunst wird die Sinneswahrnehmung stimuliert: durch verschiedene praktische Übungen, darunter eine Dankeskarte an sich selbst zu schreiben oder die Darstellung der eigenen Gefühle durch Malerei. Ziel ist es, die innere Stimme zum Schweigen zu bringen und das Reflektieren zu fördern, denn durch das Spiel mit den Sinnen, wie beispielsweise durch Ton kneten oder Malen auf Leinwänden, erlangen Workshop-Teilnehmer Zugang zu ihrem emotionalen Ich. Jeder kann daran teilnehmen und sich dabei weiterentwickeln, ohne Wertung und Interpretation des Gemalten, schließlich geht es vor allem um den künstlerischen Prozess und die eigenen Emotionen am Ende des Workshops.

Die Art Therapy Workshops mit Petra Krassnitzer im Almanac Palais Vienna sollen den täglichen Alltagsstress mindern und für Entspannung sorgen. Sie finden an ausgewählten Sonntagen im noch jungen Designhotel statt, wobei die Räume je nach der Philosophie und Konzept des Workshop-Themas ausgewählt werden – so entsteht eine ganz besondere Atmosphäre, die inspiriert. Bequeme Kleidung, kleine Gruppengrößen von zehn bis 15 Teilnehmern und eine kurze zwanzigminütige Pause mit Afternoon Tea und gesunden Canapés versüßen den Selfcare-Tag und steigern die Freude am kreativ sein. Alle Materialien und Malwerkzeuge werden vor Ort zur Verfügung gestellt.

Im Folgenden die anstehenden Termine zu den jeweiligen Sessions:

- Sonntag, 24. März 2024 – „Date with myself. Self-care.“ – Atrium, 14:00 bis 18:00 Uhr
- Sonntag, 21. April 2024 – „Get in touch with myself. Inner glow.“ – Heritage Room, 14:00 bis 18:00 Uhr

- Sonntag, 26. Mai 2024 – „When my vocation knocks on the door. Receiving my calling.“ – Atrium, 14:00 bis 18:00 Uhr
- Sonntag, 23. Juni 2024 – „Colour Spa.“ – The Club, 14:00 bis 18:00 Uhr

Über Almanac Palais Vienna

In der lebenswertesten Stadt der Welt vereint das Almanac Palais Vienna modernes Design mit zeitgenössischer Kunst und historischem Charakter. In den Zimmern und Suiten mit bis zu zwei Schlafzimmern erzählen gedeckte Farben gepaart mit stilvollem Interior die imperiale Geschichte zweier historischer Stadtpalais, die nun zu einem Anwesen verbunden sind. Die Wiener Kaffeekultur bedient das Almanac Palais Vienna mit dem hauseigene Elias Coffee Shop, in dem es neben Barista-Kaffee auch Smoothies, Stadthonig und traditionelle Wiener Backwaren gibt. Cocktailliebhaber sind zudem in der Donnerstagmarkt Bar an der richtigen Adresse: Prickelnde Getränke, süße und pikante Snacks und österreichische Weine sorgen für den perfekten Abschluss eines ereignisreichen Wientages. Im Schanigarten vor dem historischen Stadtpalais sitzt man direkt im Herzen der Stadt. Weitere Informationen unter www.almanachotels.com/vienna.

Die Bildrechte liegen bei Almanac Palais Vienna. Alle Fotos dürfen nur in Verbindung mit einer redaktionellen Berichterstattung unter Nennung von Almanac Palais Vienna verwendet werden. Eine kommerzielle Nutzung ist ausdrücklich untersagt.

Buchungskontakt:

Almanac Palais Vienna
Parkring 14-16
1010 Wien
Österreich
Telefon: +43 1 266 0108
info.vienna@almanachotels.com
www.almanachotels.com/vienna

Presse- und Fotoanfragen:

segara Kommunikation® GmbH
Aline Vitzthum
Harmatinger Straße 2
D-81377 München
Telefon: +49 (0) 89 552 797 60
aline@segara.de
www.segara.de