



### 3) Color & Health Workshops

Diese Workshops sind geeignet für all diejenigen, die vertieft in die Welt der Farben eintauchen wollen. In drei Workshops, welche **man alle einzeln besuchen oder sich nur für einen der drei entscheiden** kann, wird man sachlich und tiefgreifend an die Wirkung der Farbe auf uns Menschen und unsere Psyche, an die Sinneswahrnehmung und an den heilenden Einfluss der Farben auf unsere Küche herangeführt.

Der erste Workshop, das **ColorCoaching**, versteht sich als Begleitung für Personen, welche sich mittels Farbpsychologie und Malen besser kennenlernen und dadurch ihren persönlichen Lebensweg oder ihre Berufung besser und tiefer erkennen wollen. Der Workshop soll dabei helfen, durch innere Ruhe und Bewusstsein Entscheidungen klarer treffen und Veränderungen in Frieden durchlaufen zu können.

Der zweite Workshop, die **ColorBalance**, befasst sich mit der Wirkung von Farbe auf unsere Sinne und unseren Körper. Es wird dabei insbesondere auf das Thema Ernährung und daraus folgend auf die Themen Stoffwechsellyp, BMI, Organuhr, Salz- und Basenbäder etc. eingegangen. Diese werden immer in Zusammenhang mit einer genussvollen, gesunden und farbigen Ernährung und dem daraus entstehenden Gleichgewicht für unseren Körper gebracht. Auch werden diverse praktische Übungen dabei helfen, unsere Sinne zu schärfen und diese besser zu verstehen.

Im dritten Workshop, dem **ColorFood**, dreht sich alles um den theoretischen Hintergrund des Kochens mit Farben und der praktischen Umsetzung davon. Die Geschmacksempfindungen sollen sensibilisiert und das Verständnis für eine gesunde, genussvolle und farbige Küche gesteigert werden.

**ColorCoaching** *Standortbestimmung & Motivationsimpulse mit Farbpsychologie und Malen*  
Dauer: eintägiger Workshop  
Teilnehmer: ab 7 Personen  
Kosten: CHF 450.00 / Person inkl. Kursmaterial und Verpflegung

**ColorBalance** *durch unsere Sinne Bewusstsein erlangen*  
Dauer: eintägiger Workshop  
Teilnehmer: ab 7 Personen  
Kosten: CHF 450.00 / Person inkl. Kursmaterial und Verpflegung

**ColorFood** *farbig kochen & essen*  
Dauer: eintägiger Workshop  
Teilnehmer: ab 7 Personen  
Kosten: CHF 400.00 inkl. Kursmaterial und Verpflegung

Jedes der drei Rahmenprogramme kann einzeln gebucht werden.

Auf Anfrage unterbreiten wir Ihnen gerne für Firmenevents oder Anlässe mit grösseren Gruppen ein individuelles Angebot.

Zögern Sie nicht, uns unter [info@coloritfood.ch](mailto:info@coloritfood.ch) oder 079 703 56 71 zu kontaktieren.