

Farben wirken ohne Worte

Empfinde ich heute rot oder blau? Oder geht es mir heute mehr gelb oder grün? Wie wirken die Farben auf mich und wie kann ich über Farben und Formen meinem inneren Erleben Ausdruck verleihen?

Diesen Fragen werden wir uns in den Workshops malend annähern. Wir entdecken unterschiedliche Farbqualitäten und erleben individuelle Farbräume.

Spielerisch, entspannt und ohne Leistungsdruck experimentieren wir mit Farben.

Nicht die fertige Gestaltung und das perfekte Bild stehen im Vordergrund, sondern kreatives Farberleben und die persönlichen Erfahrungen, die sich beim Malen einstellen.

Wir begeben uns auf eine spielerische Entdeckungsreise und erfahren, welche kreativen Ausdrucksfähigkeiten sich zeigen und entwickeln.

Künstlerischen Vorkenntnisse oder Fertigkeiten werden nicht vorausgesetzt.

Schritt für Schritt zur Farbe

Wir werden Grund- und Komplementärfarben malerisch entdecken und den Farbwirkungen Schritt für Schritt auf die

Spur kommen. Verschiedene Malmaterialien stehen zum Ausprobieren und Experimentieren zur Verfügung.

Verlust und Trauer malend Ausdruck verleihen

Über das Malen können wir dem eigenen Erleben Ausdruck verleihen und Gefühle ohne Worte in Bilder fassen. Innere Bilder und neue Sichtweisen können sich öffnen, angesehen und bearbeitet werden.

Mit Farben kreativ gestalten kann

- Wohlbefinden fördern,
- Selbstwertgefühle stärken,
- Freude schenken,
- Innere Kraftquellen aktivieren,
- gegen Streß wirken,
- entspannen,
- persönliche Entwicklung sichtbar machen und begleiten,
- den Trauerprozess nonverbal unterstützen
- und helfen, mit belastenden Lebenssituationen besser umzugehen.

Elemente des Malworkshops

Imagination der Farben
Wahrnehmungsübungen
Erfahrungsaustausch im Gruppengespräch

Kursbegleiterin



Elvira Schmitz
Künstlerin und Kunsttherapeutin (M.A.)

Künstlerische und kunsttherapeutische Kurse in der Erwachsenenbildung
Kunst- und kulturpädagogische Projekte

Kunsttherapeutische Einzelbegleitungen, ambulant und stationär in der Hospizarbeit und Palliativversorgung.

Weitere Infos: www.malzeit-praxis.de

Ort

Netzwerk BRS
Heinrich Sauer Straße 15
53111 Bonn

Dieses Angebot des Netzwerks Hospiz- und Palliativversorgung in Bonn/Rhein-Sieg (BRS) wird gefördert durch die Peter Windeck Stiftung.



Termine

1. Malworkshop

2.2./16.3. + 6.4. 2019

2. Malworkshop

27.4./18.5. + 8.6.2019

3. Malworkshop

7.9./19.10./23.11.+7.12.2019

Jeweils von 10:15 -14:15 Uhr inkl. kurzer
Mittagspause

**Das Angebot richtet sich an Menschen, die
von Sterben, Tod und Trauer betroffen sind.**

Teilnahmebedingungen und Kosten

Jeder Workshop umfasst drei Termine, die
konzeptionell in sich abgeschlossen sind.

Beim ersten Besuch eines Workshops
fallen nur Materialkosten von 30 €
(10 € pro Termin) an.

Teilnahme an weiteren Workshops

Kosten auf Anfrage

Fragen und Anmeldung

Netzwerk BRS

Heinrich –Sauer Str. 15, 53111 Bonn

E-Mail: info@netzwerk-brs.de

Stichwort: Malzeit

Fax: 0228-641841

www.netzwerk-brs.de

Ansprechpartnerin

E-Mail: schmitz@malzeit-praxis.de

Tel: 02244-915316

Anmeldung

Hiermit melde ich mich verbindlich zu
folgendem Workshop an:

Workshop

Name

Anschrift

Tel:

E-Mail

Datum/Unterschrift

Verlust und Trauer malend begegnen



WORKSHOPS 2019