Neues Kursangebot in der Kreativ-werkstatt

Kreativ sein im Leben

KURSLEITUNG: ANDREA HOLDENRIEDER

DU BRAUCHST MAL ZEIT NUR FÜR DICH, UM INNEN ZU HALTEN?
DU MÖCHTEST DEINER KREATIVITÄT RAUM GEBEN?

BEGLEITUNG DES INDIVIDUATIONSPROZESS DURCH SCHÖPFERISCHES GESTALTEN

Ressourcen stärken, Resilienzfähigkeit entwickeln, Stress loslassen und in Flow kommen, achtsame Wahrnehmung, sich selbst begegnen.

OFFENES ATELIER

immer Dienstag von 20 bis 21:30 Uhr (25€ pro Einheit)

- Im offenen Atelier sind alle willkommen, die Ihren Alltag mit Farbe und Kreativität bereichern und gestalten möchten.
- Das Atelier bietet Raum für aktives gemeinsames und individuelles kreatives Gestalten, für spielerische und experimentelle Erfahrungen mit Farben und vielfältigen Materialien.
- Hier kann spielerisch künstlerische Tun entdeckt sowie Wahrnehmung und Ausdruck entwickelt werden und Kraftquellen für neue Lebensenergie wachsen.
- Innere Bilder, Gefühle, Ängste, Stimmungen und Sehnsüchte können ausgedrückt, geformt und greifbar werden.
- Künstlerische Vorbildung ist nicht notwendig, etwas Mut zur Kreativität, Freude an Farben und Formen und vielleicht auch der Wunsch, Neuland zu betreten.

Die Gruppenangebote mit 6 bis maximal 8 Teilnehmer*innen im Offenen Atelier eignen sich für Menschen, die den Kontakt in einer Gruppe schätzen. Jeder bringt sein eigenes Thema mit und gestaltet es mit einer künstlerischen Technik seiner Wahl. Der kreative Prozess wird begleitet. Im Gruppenkontakt besteht die Möglichkeit zum Austausch, für Feedback und gegenseitige Anregung.
Ein Ort um Handlungsspielräume zu erforschen zur Ruhe zu kommen und sich Zeit für sich zu gönnen.

VORMITTAGSGRUPPE FÜR MÜTTER

Mittwochs von 10 bis 11:30 Uhr (25€ pro Einheit)

Motto des Angebotes: Entspannt durch den Advent ins neue Jahr - ein künstlerischer Jahresrückblick trifft eine schöpferische Jahresvorschau

Ort: Kreativwerkstatt im Innovationsquartier (IQ), James-Loeb-Str. 11, 82418 Murnau
Kursleiterin: Andrea Holdenrieder, angehende Kunsttherapeutin
Voranmeldung erbeten, E-Mail: offenesatelier@makerlab-murnau.de

Weitere Angebote ab 2023 an verschiedenen Tagen sind in Planung!