

**„KUNST WÄSCHT DEN STAUB DES ALLTAGS VON
DER SEELE“ (Picasso)**

Mit zwei Angeboten laden wir Sie ein, der Seele
eine kreative Auszeit zu gönnen.



Einfach los malen!

Vier Stunden Malerlebnis – spontan, chaotisch,
durcheinander, bunt, absichtslos, befreiend. Bei
einem Farbspiel mit Musik erleben Sie Ihre Kreativi-
tät neu und genießen es, wenn der Kopf mal Pause
macht.



Der Ausdruck mit verschiedensten kreativen Medien
wird Sie dabei unterstützen, die zurückliegende
Zeit mit allen ihren Herausforderungen, Freuden
und Anstrengungen zu würdigen sowie einen Aus-
blick auf neue Ziele zu wagen. Freude am Gestal-
ten, Entspannung sowie Stolz auf das selbst Ge-
schaffene sind dabei mehr als nur Nebeneffekt.

Lebensströme

MEIN KÖRPER – HEIMAT DER SEELE

Zwei weitere Angebote laden zu kreativer Selbsterfahrung
ein und bereichern Ihre eigene Arbeit mit Klienten.



Körperbildarbeit praktisch erleben

In der ruhigen Atmosphäre einer kleinen Gruppe und unter
fachkundiger Anleitung gestalten Sie an zwei Tagen Ihr
lebensgroßes Körperbild.

Wir laden ein, sich achtsam den Bewegungen und Emp-
findungen des eigenen Körpers zu zuwenden, den dabei
aufkommenden Gefühlen und Gedanken zu folgen um
ihnen dann im Bild Ausdruck zu verleihen. Entdecken Sie in
diesem schöpferischen Tun Ihre Lebendigkeit und Kreativi-
tät. Die Freude an Farben und Formen und ein neuer Blick
auf sich selbst werden Sie in Ihrem Alltag begleiten und
bereichern.



**Das Gesundheits-und Krankheitspanorama – kreative Bio-
grafiarbeit**

An zwei Tagen achtsamer Arbeit in kleiner Gruppe gestal-
ten Sie ein thematisches Lebenspanorama. Der liebevolle
Blick auf die eigene Biografie im Wechsel von Gesundheit
und Krankheitsphasen ermöglicht oft ein neues Verständnis
der aktuellen Lebenssituation. Umgang und Bewältigung mit
schweren Situationen werden gewürdigt, eigene Ressourcen
wiederentdeckt.

Lebenszeiten



Ilka Arnhold,

Diplompsychologin/
Kunsttherapeutin

kunsttherapie-arnhold.de



Jens Höppner,

Kunsttherapeut/
HP Psychotherapie
Malplatz Werkstatt für
Kunst & Therapie
malplatz-leipzig.de



Lebensseiten