



18.-19. September

Workshop: Großformatiges Malen mit Christian Roskothen-Swierzy

*Beim **Großformatigen Malen** geht es nicht um das Ergebnis des „schönen Bildes“, sondern darum mit Unterstützung in einen tiefen schöpferischen Prozess einzutauchen.*

Wenn das Leben schwer wird, Gefühle keinen Ausdruck finden und innere Erschöpfung den Alltag bestimmt, **kann kreative Begegnung neue Räume öffnen.**

Depression zeigt sich oft in Rückzug, Leere, Hoffnungslosigkeit oder dem Gefühl, sich selbst verloren zu haben. Gerade dann kann es heilsam sein, dem Inneren behutsam Ausdruck zu verleihen – **ohne Druck, ohne Bewertung und ohne funktionieren zu müssen.**

In einem achtsam begleiteten Raum darf entstehen, was sich zeigen möchte.

Wertfrei. Ergebnisoffen. In deinem eigenen Tempo.

Denn wenn das, was wir fühlen und tief in uns tragen, einen Ausdruck findet, können neue Perspektiven, Verbindung und kleine Schritte zurück ins Leben entstehen.

Das Bündnis gegen Depression in Stadt und Landkreis Osnabrück lädt Dich zum „**Großformatigen Malen**“ ein.

Der Workshop findet vom **18.09.-19.09.** im **GlasHaus Osnabrück** in der **Möserstraße 7, 49074 Osnabrück** statt. Am Freitag, den 18.09. von 17:00-20:00 Uhr und Samstag den 19.09. von 10:00-16:00 Uhr.

Vor dem Workshop findet ein Online **Vorgespräch** mit dem Workshopleiter **Christian Roskothen-Swierzy** (Dipl. Kunstpädagoge und Kunsttherapeut) zum Kennenlernen statt.

Die Kosten für den 1,5 tägigen Workshop betragen **35,00 €**.

Für eine Verpflegung mit Getränken, kleinen Snacks und einem Mittagessen wird gesorgt.

Wenn Du teilnehmen möchtest melde Dich **bis zum 26.08.** per Mail unter info@os-gegen-depression.de an. Die Plätze sind begrenzt!

Weitere Infos zum Ablauf folgen nach der Anmeldung.

Weitere Informationen zum Großformatigen Malen gibt es unter: www.grossformatiges-malen.de