



Warum?

Begleitetes Malen hilft dir unbewusstes sichtbar zu machen. Deswegen möchte ich mit dir Bilder malen, die deinen ganz persönlichen Ausdruck fördern und die dir die Möglichkeit bieten dich aus eigener Kraft weiter zu entwickeln. Alles was du auf Papier bringst kommt aus dir und bietet dir die Chance dein Inneres zu verändern.

Malen fördert:

- dein Selbstvertrauen
- dein Selbstverständnis/ deine Selbsterkenntnisse
- deine Konzentrationsfähigkeit
- deine Wahrnehmung
- deine Lebensfreude
- deine Entfaltung und Weiterentwicklung
- deine Fähigkeit zur Selbstheilung
- deine Sozialkompetenzen

Für wen?

Begleitetes Malen ist für alle Menschen ab 5 Jahren, die:

- Freude und Spass am Malen haben
- ihre Kreativität entfalten und ausleben möchten
- ihre Ressourcen spielerisch entdecken und stärken möchten
- in einer Lebenskrise stecken (Trennungen, Scheidung, Beziehungskrisen, Todesfall etc.) und eine Auseinandersetzung mit dieser wünschen
- seelisch belastet sind. Also bei Stress, Depressionen, Burnout, ADS, ADHS, Missbrauch, Suchtverhalten usw.

Manuela Stürmer | Malleiterin begleitetes Malen
Bahnhofstrasse 35 | 8320 Fehraltorf | 044/ 955 23 86
www.malraum-m.ch | info@malraum-m.ch