



Raum & Zeit für Dich

**Programm Herbst/Winter 2019
Im Atelier Conni Holzer**

Übersicht Herbst/Winter 2019

Kreativkurse, Workshops, Gruppen, kunsttherapeutische Selbsterfahrung

Selbsterfahrung „Die Kunst des Jahreswechsels“: gemeinsam das Jahr Revue passieren lassen & Kraft für das Neue tanken.
Samstag 28. Dezember 2019

Kurs „intuitiv Zeichnen“: zeichnend sich selbst und die Umwelt erforschen. *Jeden 2. Dienstag: 24. Sept – 19. Nov 2019*

Kreativworkshop „Intuitives Malen“: malen aus den eigenen Impulsen heraus – ganz im hier und jetzt. *Samstag 15. Februar 2020*

Kreativworkshop „Fundstücke“: mit Gefundenem experimentieren. *Samstag 19. Oktober 2019*

Kreativworkshop „Traumfängerfahnen“: wir knüpfen & bemalen. *Samstag 23. November 2019*

Die Kunst des Jahreswechsels

Kreatives Selbsterfahrungs-Seminar

Gemeinsam nehmen wir uns Zeit, das alte Jahr bewusst Revue passieren zu lassen und das neue Jahr zu begrüßen. Wir kommen zu uns selbst, zur Ruhe, zur Einsicht und schöpfen Kraft aus dem Erlebten. Kreative Medien und unsere Sinne unterstützen uns dabei.



Kreatives Tun regt in unserem Innersten Prozesse der Heilung an. Diese werden wir in gemeinsamer Reflexion beobachten und wertschätzen.

Ein Tag um inne zu halten, ganz bei dir zu sein und deine kreativen Schöpfungskräfte zu aktivieren. Es gibt vorher nichts zu wissen, zu können oder zu machen. Du lässt dich ein, auf eine kreative Reise durch dein vergangenes Jahr, zu dir selbst.

Termin: Samstag, 28.12.2019 von 10:00 – 17:00 (Mittagspause 13:00-14:00)

Kosten: € 100,- (inkl. Material)

Ort: Atelier Conni Holzer, Mühlefeldstraße 6, 6890 Lustenau

Kurs „intuitives ZEICHNEN“ – begegne Dir selbst in den Spuren auf dem Papier

„Zeichnen bedeutet Eintauchen in die Rhythmen der inneren und äußeren Natur.“ (Thomas Lüchinger)

In diesem Kurs begeben wir uns auf Spurensuche. Wie erforschen uns selbst und unsere Umwelt und bringen zeichnend zu Papier was wir wahrnehmen. Was erzählen die Spuren, die ich gezogen habe?



Es sind keine Vorkenntnisse nötig, alle Menschen unabhängig von Fähigkeiten oder Begabung sind willkommen. Anhand einfacher Anleitungen und Impulse werden wir uns dem Medium Zeichnen annähern, von innen heraus. Wir beginnen in uns selbst, bei unseren körperlichen und sinnlichen Wahrnehmungen. Zeichnen aus der Bewegung und Empfindung heraus.

Der Prozess steht im Vordergrund: was nehme ich wahr? Wie wird daraus eine Bewegung der Hand, die den Stift hält? Wie fühlt es sich an? Welche Verbindungen entdecke ich zwischen dem Gezeichneten und meinem Inneren oder der äußeren Welt?

Die Zeichnungen und Bilder, die entstehen sind sozusagen nur eine erfreuliche Begleiterscheinung. Es geht nicht darum, Kunstwerke zu erschaffen. Wir werden die Spuren, die entstehen gemeinsam

wertschätzen und durch deren Betrachtung wiederum unsere Wahrnehmung schulen.

Manche Übungen beinhalten blindes zeichnen, mit der nicht-Schreibhand zeichnen oder zu Musik zeichnen. Wir werden verschiedene Materialien und Zeichenwerkzeuge ausprobieren.

„Zeichnen soll hier ein Wachsen sein, Pflanzen gleich, Wurzeln treibend, Verflechtungen schaffend nach Innen und nach Außen, Spuren, Linien, Flächen – Wildwuchs.“ (Thomas Lüchinger)

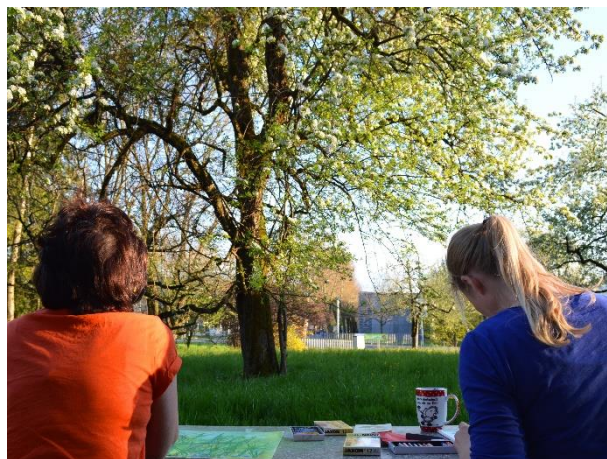
Wenn dich jetzt die künstlerische Neugier kitzelt – ruf gleich an und sei dabei!

Ort: Atelier Conni Holzer, Mühlefeldstraße 6, 6890 Lustenau

Termine 2019: der Kurs umfasst 5 Einheiten, immer dienstags 18:30-20:00 Uhr:

24. September, 8. Oktober, 22. Oktober, 5. November, 19. November

Kosten für alle 5 Einheiten: € 83,-



QuereinsteigerInnen sind stets willkommen, sollten noch Plätze frei sein!

Kreativworkshop „Intuitives Malen“

Vor dir das weiße Blatt Papier. Du leerst deinen Geist, bist ganz bei dir. Deine Hand greift nach einer Farbe, taucht den Pinsel ein und das leere Blatt füllt sich nach und nach. Deine Bewegungen erzeugen Spuren aus Farbe. Die Spuren aus Farbe inspirieren zu neuen Bewegungen, die das Bild wachsen lassen.

Wir malen aus dem Gefühl, aus der Bewegung, aus den Gedanken, aus dem Körper. Wir lassen das Bild nach und nach aus sich selbst entstehen, frei von Vorgaben, Konzepten und Vorstellungen vom fertigen Bild.



Ein Workshop für alle, die Spaß an Farben haben, die einen neuen Zugang zu ihrer Kreativität suchen, oder einfach neugierig sind. Es werden flüssige Acrylfarben zum Malen auf Papier und Leinwand verwendet. Die Materialien sind selber mitzubringen (Materialliste folgt bei Anmeldung. Gegen einen kleinen Betrag können auch Materialien aus dem Atelier verwendet werden).

Termin: Samstag, 15. Februar 2020 von 10:00-17:00 (Mittagspause ca. 13-14:00)

Kosten: € 75,-

Ort: Atelier Conni Holzer, Mühlefeldstr. 6, Lustenau

Kreativ-Workshop „Fundstücke“

Ein Stück Schwemmholz liegt auf dem Tisch. Daneben Steine, Muscheln, ein alter Schuh, Raspeln, Feilen, Pinsel, Farbe, Kleber, Säge, Draht und Schnur. Sie sitzt und schaut das Holzstück an, tastet es ab, schaut genau, entdeckt eine Form, die ihr gefällt. Sie beginnt zu schleifen, malt es an, fügt Dinge an. Geht weg. Schaut wieder hin, fragt nach: „Holz, was willst du sein?“



Manchmal begegnen wir Dingen auf unserem Weg, die uns ansprechen und die wir mitnehmen. Wir stecken sie in unsere Hosentasche, Jackentasche oder schleppen sie zu zweit bis nach Hause. Manchmal besitzen wir auch etwas, das seine Funktion verloren hat, wir aber nicht wegwerfen wollen. Diese Fundstücke sind zum Beispiel Steine, Muscheln, Holzstücke, alte Schuhe, alte Werkzeuge, Küchenutensilien, Behältnisse, alte Spielsachen usw.

Im Fundstücke Workshop bringst du solche Dinge mit. Wir nähern uns den Stücken an, lassen uns ein, lauschen den Geschichten, die sie uns erzählen, experimentieren damit und erschaffen etwas Neues daraus.

Es geht um den Spaß beim Tun, ums spielerische Experimentieren mit den Materialien. Das Material verrät uns, was es werden möchte!



Entdecke mit anderen gemeinsam den Zauber der Fundstücke, lass dich ein, auf das experimentelle Spiel mit ihnen und überrasche dich selbst mit deinen Eingebungen und Ideen!

Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

Termine:

Samstag, 18. Oktober: 10:00-17:00 (Mittagspause 13:00-14:00)

Ort: Atelier Conni Holzer, Mühlefeldstraße 6, 6890 Lustenau

Kosten: € 75,- (exkl. Material)

Die Anmeldung ist telefonisch und per E-Mail möglich!

Telefon: 0650 49 33 292

E-Mail: kunsttherapie@conniholzer.com

Ich und die Fundstücke freuen uns schon sehr!!

Kreativworkshop „Traumfängerfahnen“

Wir weben unser Netz aus Licht, mit Fäden aus Liebe und Zuversicht.

Aus Stoffstreifen und einem Eisenring oder einem Rahmen aus Holz machen wir unsere Traumfängerfahnen. Am Ende werden sie bemalt, wir hauchen ihnen Leben ein. Manchmal schaut einem da ein Ahne entgegen aus der TraumfängerfAHNE und sie beleben jeden Raum. Die tRAUMfängerfahnen leben gerne draußen in der Natur, hängen gerne in Bäumen. Drinnen im Raum fangen sie Träume ein, spiegeln uns was wir uns ersehnen. Und draußen singen sie die Träume in den Wind.



In diesem Workshop reißen wir gemeinsam die Stoffstreifen – zuerst wird etwas „zerstört“ und „zerrissen“. Aus dem Haufen der Streifen, aus den „Trümmern“ entsteht dann etwas Neues. Wir knüpfen, weben, lassen ein Netz entstehen. Neue Verknüpfungen, neue Wege, bewusste Verbindungen. Dann wird bemalt und nach und nach schaut dich die TraumfängerfAHNE an, Du mit den Fingern voller Farbe und Spritzern im Gesicht lächelst ihr entgegen.

Ein paar magische kreative Stunden in welchen Du dich entdecken kannst!

Termin: Samstag 23. November 2020 von 13-18 Uhr
(Die Traumfänger müssen dann über Nacht trocknen und können in der folgenden Woche abgeholt werden)
Ort: Atelier Conni Holzer, Mühlefeldstr. 6, Lustenau
Kosten: € 50,-

Mitzubringen:

- 2-3 Eisenringe (einen kleineren mit Durchmesser 20cm, einen größeren mit Durchmesser 30cm oder mehr) (weiße gibt es zB. bei Baywa, Kreativlädele Dornbirn)/ Alternativ: Holzstecken/Äste/Schwemmholz aus welchen sich Dreiecke in der Wunschgröße des Traumfängers machen lassen
- hellen Stoff (weiß, rohweiß) (kann auch ein altes Baumwoll-Leintuch o.Ä. sein), sollte sich gut reißen lassen, zB. Baumwolle, oder was dünnes durchscheinendes wie Chiffon (manchmal kriegt man Reste von Stickereien) mindestens 1,6 m x 2,6 m
- Acrylfarbe (wer zuhause hat)
- Arbeitskleidung/ Malhemd o.Ä. (Acrylfarbe lässt sich nicht auswaschen!)
- Hausschuhe

Maximale Teilnehmerzahl: 5

ANMELDUNG

Die **Anmeldung** zu allen Kursen und Workshops ist telefonisch und per E-Mail möglich!

Telefon: 0650 49 33 292

E-Mail: mail@conniholzer.com

Es können an allen Workshops, Kursen und Seminaren aus raumtechnischen Gründen maximal 6 Personen teilnehmen. Also: schnell anmelden und einen Platz sichern!

Weiter Informationen findest du auf www.conniholzer.com

Es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen (auf der Website einsehbar).



conni
holzer
art

künstlerin & ganzheitliche kunsttherapeutin

www.conniholzer.com

mail@conniholzer.com

0650 49 33 292

ATELIER: Mühlefeldstr. 6 / 6890 Lustenau