



„Kreativität im Alltag“ Jahreskurs advanced 2024

1. Treffen: SA, 27. Januar 2024, 10.00 – 15.00 Uhr

2. Treffen: SA, 22. Juni 2024, 10.00 – 15.00 Uhr

3. Treffen: SA, 26. Oktober 2024 oder SA, 02. Nov. 2024, 10.00 – 15.00 Uhr

(bitte beiden Daten freihalten, da ich den Stundenplan vom berufsbegleitenden Studium noch nicht habe)

Für wen ist dieser Kurs?

Alle, die einmal einen Jahreskurs BASIC „Kreativität im Alltag“ besucht haben, sind herzlich willkommen in der Jahreskurs-Gruppe Advanced ☺

Idee des Jahreskurses ADVANCED:

Wie gehabt - 3 Treffen übers Jahr verteilt (Daten und Zeiten siehe oben) mit längeren Zwischenräumen, ungefähr jeden 2. Monat wird eine neue, kurze Aufgabe zugeschickt (4 – 6 pro Jahr), die in einem von dir gewählten Rhythmus für die nächsten Wochen umgesetzt werden kann. Ev. können auch Kombinationen von vorherigen und neuen Aufgaben entstehen.

Es ist wie schon im Jahreskurs BASIC die Idee, dir selber Zeit für Kreativität, Selbsterfahrung und Ausdruck zu schenken, Raum für Kreativität zu schaffen, mit einfachen Inspirationen durch den Alltag zu gehen und neu sehen, beobachten und gestalten zu lernen.

Im aufbauenden **Jahreskurs advanced** kommen für die „alten Hasen“ auch die Grundlagen der Gestaltung in verschiedenen Ausgestaltungen der Inputs dazu, sowie das Lesen-Lernen der eigenen Bilder. Jedoch soll auch immer die Möglichkeit bestehen, das innere Erleben „mitzunehmen“, Eindrücke des Alltages in Farben und Formen ausdrücken zu können, achtsam nach innen zu horchen und so die eigene Malspur noch zu verstärken. Zudem darf auch im Fortsetzungskurs erfahren werden, wie heilsam

Kreativität und eigener Ausdruck sein können, und wie viel Balance, Freude und Resilienzpotenzial in der persönlichen Kreativ-Praxis steckt.

→ weiterlesen: https://www.goodvibration.ch/kreativitaumlt-im-alltag_advenced.html

Wie im Jahreskurs Basic geht es im Fortsetzungskurs darum, eine Art "kreatives Vertrauen" zu schaffen: Dranbleiben, deinen Kreativ-Faden finden, einen Boden schaffen, auf dem Kreativität wachsen und sich weiterentwickeln kann, und **sich für die Kreativität den Raum zu geben, den man sich schon so lange wünscht.**

Es geht nicht darum, grossartige Kunst zu schaffen, zu produzieren oder um Perfektion, sondern (d)einen Weg mit der Kreativität zu finden. Es geht um Tiefe, um die Verbindung zu dir, den Faden zwischen dir und der Kreativität und um die Akzeptanz von dem, was aus dir heraus entsteht.

Wir arbeiten im „Bildnerischen Gestalten“ mit einfachsten Zeichenutensilien (Bleistift, Filzstift, Kugelschreiber, Acrylfarben, Wasserfarben, Stempel,...) und an den Kurstreffen mit Mixed-Media-Techniken.

Das Arbeiten mit dem, was der Alltag so hergibt, ist mir persönlich ein Anliegen. Einfälle aus Abfällen, einfache Werkzeuge benützen, Dinge des Alltages für den kreativen Gebrauch umfunktionieren, das wir uns immer begleiten. Verrückte Techniken, die viel teures Material und Raum brauchen, findest du auf Pinterest und Youtube, jedoch nicht im Jahreskurs. Weniger ist mehr – und das EIGENE soll sich einen Weg in deine Skizzenbücher und auf deine Papiere und Leinwände bahnen.

Organisation:

Start-Treffen am Samstag, 27.01.2024 von 10.00 – 15.00 Uhr (inkl. gemeinsamem Mittagessen und aufräumen in den letzten 20 Minuten) in der Kreativ-Raum-Küche für erste Übungen und zum Kennenlernen. Wir werden im Kurs einfachste Möglichkeiten anschauen, wie Kreativität auf engem Raum, mit wenig Material und ohne Atelier in den Alltag eingebaut werden kann. Die Umsetzung erfolgt dann zu Hause – **dann treffen wir uns im Jahresverlauf noch zwei Mal (SA, 22. Juni 2024 und SA, 26. Oktober 2024 oder SA, 02. Nov. 2024, 10.00 – 15.00 Uhr)** für neue Impulse und das Weiterverarbeiten der entstandenen Spuren, Zeichnungen, Kritzeleien, Farb-, Textur- und Materialsammlungen. Meine Idee ist, dass wir uns im Kurs gegenseitig unterstützen und zusammen in der Signal-App Inspirationen teilen- Ob dies zu Stande kommt und wie lebendig dieser Austausch ist, hängt auch von den Inputs und Interaktionen der Kursteilnehmenden ab.

Kosten:

Fr. 410.- inkl. Materialkosten fürs Gestalten* und 3 Treffen à 4 Stunden Kreativ-sein und gemeinsamem Mittagessen, jeweils 10.00 – 15.00 Uhr und max. 4 - 6 Inputs per Mail/Post übers Jahr verteilt. Fürs Mittagessen ist jede Person selber besorgt – in der Küche hat es so ziemlich alles zur Verfügung, was es braucht (Kühlschrank, Mikrowelle, Herdplatten, Kaffeemaschine, Tee...)

* exkl. ausserordentliche Materialanschaffungen – die werden am Kurstreffen bar bezahlt.

Anmeldung an: rahel@goodvibration.ch

Die Anmeldung ist verbindlich. Bei Abmeldung gelten die AGB's von Good Vibration (sh. Homepage)

Material:

Das benötigte Material für die Umsetzung zu Hause ist von den KursteilnehmerInnen selber zu organisieren. Wir werden ganz sicher leere, unlinierte Skizzenbücher brauchen. Je nach Vorliebe und Schaffenskraft von dir selber vielleicht für jede Aufgaben-Serie ein neues? Mit Schreibzeug, Stempelkissen, Leimstift und ein paar Acrylfarben kommen wir dann schon sehr weit...