

Studiecirkel i Skapande Verkstad

På ett lekfullt och kravlöst sätt utforskar vi och utvecklar vår kreativitet. Vi skapar och experimenterar i olika material, t ex bild, färg och form, skulptur, textil och återbruk. Vi arbetar med inspiration och övningar från de frigörande metoderna Levande Verkstad och Vedic Art.

Att få ägna sig åt kravlöst skapande i en tillåtande miljö är en mänsklig rättighet och forskningen visar att det har en mycket gynnsam och hälsobefrämjande effekt på vårt psykiska välmående.

I den här kursen skapar vi en trygg miljö där du är fri att uttrycka dig som du vill, utan bedömning om rätt eller fel. Här är processen är viktigare än slutresultatet. Varmt välkommen!

Kursstart: Torsdag 18 september 2025

Tid: 13.00-15.15

Antal tillfällen: 8

Plats: Steg för Steg, S:t Eriksgatan 33

Anmälan till e-post: tina.olofsson@ifsstockholmslan.se eller telefon: 08-653 10 04

Kursen är kostnadsfri och riktar sig till dig mellan 18-29 år. Skapande material ingår.



Presentation av mig som håller kursen:

Jag heter Tina Olofsson och jag är utbildad Vedic Art lärare och Levande Verkstads pedagog. Jag har sedan 2018 arbetat inom socialpsykiatri med att leda grupper i måleri, drama och olika skapande aktiviteter. Att få uttrycka mig och att skapa i någon form är viktigt för mig. Då mår jag bra. Det skulle vara roligt att få träffa dig och ta del av din kreativa resa. Kanske börjar den nu!