



MANDALA-ART

EXPLORING YOUR SPACE

Mandala Art – Brons – EXPLORING YOUR SPACE is een eenmalige workshop waarbij je kennis maakt met de kunst van het mandala maken en waar je op een speelse manier je eigenste heilige cirkel leert ontdekken.

Mandala is een universele term en betekent heilige cirkel.

Mandala - Kunst geeft rust, balans en inzichten en brengt nieuw bewustzijn in het hier en nu.

- Deze workshops is bedoeld als initiatie, zeg maar kennismaking met jezelf en wat in jouw cirkel leeft.
- De workshop is meteen ook de eerste cursusdag van de vierdaagse 'Mandala Brons - Holding Your Space' maar staat volledig op zichzelf. Wie graag verder uitbouwt kan op dat moment nog beslissen om verder te gaan. Uiteraard wanneer er nog plaatsen beschikbaar zijn.
- Groepen bestaan uit minimum 5 en maximum 9 personen.
- De workshop wordt speels gegeven op een onderbouwde manier.
- De workshop is voor 15+ maar kan vertaald worden naar kinderen.
- Indien de vraag of de nood zich aandient kan deze workshop ook voor kinderen georganiseerd worden.
- De opbouw is stevig onderbouwd en maakt zoals steeds een verbinding tussen psychologie en natuur-kunst.
- Als deelnemer maak je op een speelse manier kennis met Mandala Kunst, In Teken-Beweging Zijn en een korte creatieve schrijfoefening.
- Moest er nu een belletje gaan rinkelen van 'Oei, ik ben niet creatief en ik ga dit niet kunnen.' dan zeg ik nu heel strak 'JA, JIJ BENT OOK CREATIEF!!' Jouw stemmetje is enkel jouw innerlijke angsthaas of innerlijke criticus.
Geen nood hoor, ook die angst of innerlijke criticus leer je ontdekken. Meer zelfs, je leert dat ze er nodig en mogen ZIJN.

Wat kan je verwachten?

- Toelichting van de aangeboden vorm Mandala Art.
- 1 dagdeel waarin je kan ontspannen en leren tegelijk.
- Ontdekken van een techniek om tot mandala art te komen.
- Je bent een bijzondere ervaring rijker en de beleving ervan werkt later verder door.
- Je hebt handvatten aangereikt om de ervaring in te zetten in het dagelijks leven.
- Ik zet het nodige op papier zodat je kan terugkijken. Je kan tijdens de workshops extra notities maken.

Wat heb je nodig?

- Een combinatie van willen en speels durven. Je hebt geen enkele ervaring nodig.
- Materialen zijn inbegrepen.
- Dikke sokken.
- Pen of potlood.

Opbouw:

- Begeleiding is ingroep. Minimum 5 personen, maximaal 9 personen.
- Wil jij graag zelf een groepje samenstellen dan kan dat. We bespreken prikken een datum en stemmen op elkaar af.
- De workshop is opgebouwd uit
 - Thuiskomen en landen, korte bespreking van aangeboden techniek en materialen.
 - Ervaring, tekenen, kleuren, lijmen, ..., laten ontstaan.
 - Afronden met een kort afsluitrondje en weer huiswaarts keren.

Waar? @ Zandhoven, St.Christoffel. Bereikbaar met openbaar vervoer én parking.

Prijskaartje?

- €40 per persoon, ter plaatse af te rekenen, cash of payconiq
- Indien je voor de vervolgcursus 'Mandala Brons – Holding your space' inschrijft, zou ik het heel fijn vinden dat je de volledige som van €220 ter plaatse betaalt. Wil je er liever nog over nadenken? Dan kan dat. Je kan je hiervoor inschrijven tot 12 oktober 2024.
- Alle benodigdheden inbegrepen.
- Huur locatie is inbegrepen.
- Annulatievoorwaarden:
 - ✓ Kosteloos annuleren tot 14 dagen voor aanvang.
 - ✓ Na 14 dagen voor aanvang: je krijgt 50% terug.
 - ✓ Tot 48 uren voor aanvang: je krijgt 25% terug.



www.ankher.be

Greet Langmans

Integratieve Creatieve Coach/Therapeut
Mandalist - Kunstenaar
Originele workshops en trajectbegeleiding