

Kunst og Recovery

Få inspiration til at bruge din kreativitet.

Tirsdage kl. 13.00-15.00 i Aktivitetshuset

Opstart tirsdag d. 5/11



Kunst og kreativitet indgår ofte i personlig Recovery fortællinger.

Forskning bakker op omkring, at det at være kreativ og arbejde med kunst, har en række positive effekter på mennesker med psykisk sårbarhed og den individuelle recovery proces.

I gruppen gives bud på forskellige måder at bruge din kreativitet på. Du behøver ikke at have erfaring indenfor det kreative område, alle kan være med.

Der vil indgå små øvelser med forskellige metoder og temaer. Du får mulighed for at dele erfaringer og oplevelser med dine kreative processer i et trygt og forudsigeligt miljø.

Måske **DU** vil prøve at videreformidle nogle af dine fantastiske ideer med andre.

Vi ses 😊