

Lass uns gemeinsam
mit Pinsel und Farbe
Raum schaffen!

Sei dabei! Zusammen mit anderen
experimentieren und sich selbst
dabei ein kleines bisschen besser
kennenlernen.

FARB ALARM

KREATIVITÄT
MACHT STARK

Alles zu viel,
was kann ich
tun?

Eigentlich wollte ich gar
nicht wirklich dabei sein.
Und dann war es doch voll
gut! Ich hätte nicht gedacht,
dass das Spaß macht.

Es ist super entspan-
nend. Ich bin im Flow.

FARBALARM

www.farbalarm.org
info@farbalarm.org
+49 172 317 0763

FARBALARM IST EINE INITIATIVE DES KUNSTTHERAPIE-NETZWERK E.V.

Unser gemeinnütziger Verein informiert über Einsatzmög-
lichkeiten und Wirkungsweisen von Kunsttherapie in der
Prävention und als psychotherapeutisches Verfahren.

Kunsttherapie-Netzwerk e.V.

Adelheidstraße 11
80798 München



IM GLEICHGEWICHT SEIN

Hast du Lust, gemeinsam mit anderen kreativ zu sein und dabei neue Stärken in dir zu entdecken?
Spielerisch erkunden wir die Basics für deine psychische Widerstandskraft.

WAS IST FARBALARM?

FARBALARM ist für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene, die zu Hause gerade vor besonderen Herausforderungen stehen. Ein Elternteil oder Geschwister ist schwer erkrankt oder verstorben. Wir bringen unsere kunterbunte Materialkiste, eröffnen Ausdrucksraum, sammeln Zutaten für deinen Ausgleich und probieren aus. Es ist gut zu wissen was genau du brauchst zur Stärkung deiner Resilienz, deiner psychischen Widerstandskraft.

WER STECKT DAHINTER?

FARBALARM ist ein Projekt des Kunsttherapie-Netzwerk e.V.. Unser Team besteht aus qualifizierten Kunsttherapeut*innen mit langjähriger Erfahrung in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen. Wir wissen aus eigener Erfahrung: Kreativität und künstlerischer Ausdruck kann Wege eröffnen und ein hilfreicher Begleiter sein.

Das Leben steckt voller Herausforderungen ...

... und wir voller Kreativität!



Interessant, es so zu betrachten.

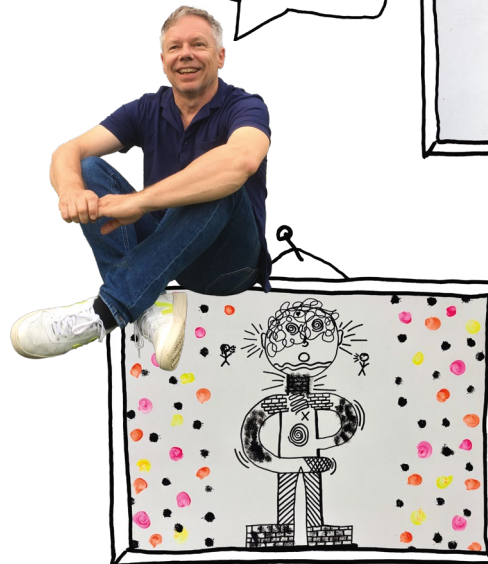


Sei dabei und probiere es aus!



Durch die Bilder verstehe ich, warum mich die ganze Zeit so fühle.

Jetzt kann man Ordnung ins Chaos bringen.



WIE LAUFEN DIE WORKSHOPS AB?

Wir arbeiten im Atelier oder treffen uns im Museum. Du bist in einer Gruppe von Gleichaltrigen. Wir sorgen für eine vertrauensvolle Atmosphäre. Es gibt Raum für dich. In jedem Workshop wird vor allem kreativ gearbeitet. Dazu erfährst du die Basics für mehr psychische Widerstandskraft.

WARUM SOLLTEST DU MITMACHEN?

Unsere Workshops machen Spaß und unterstützen dich.

IM WORKSHOP GESTALTEN DEINE FÄHIGKEITEN KENNENLERNEN:

Erfahre, was in dir steckt und wie du deine Stärken im Alltag einsetzen kannst.

IM WORKSHOP FÜHLEN DEINE GEFÜHLE WAHRNEHMEN:

Lerne deine Emotionen kennen, entdecke welche Bedürfnisse dahinter stecken.

IM WORKSHOP BALANCIEREN MIT STRESSSITUATIONEN UMGEHEN:

Entwickle Strategien, um in herausfordernden Zeiten ruhiger und ausgeglichener zu bleiben.

IM WORKSHOP UMDENKEN NEUE PERSPEKTIVEN EINNEHMEN:

Probiere Herausforderungen aus verschiedenen Blickwinkeln zu betrachten um kreative Lösungen zu finden.