

Entspannung kreativ: Achtsam-meditatives Malen

Besonders für Anfänger*innen geeignet

Kursnummer 26P332538

Beginn Samstag, 19.09.2026, 11:00 - 15:00 Uhr

Dauer 1 Termin(e)

Ort VHS im Bezirksrathaus Porz, Raum 116

Dozent Kristina Beyer

Kursentgelt 44,00 €

Dieser Workshop bietet Einsteiger/innen aber auch Geübten Freiraum für kreative Entfaltung: ob freies intuitives Malen, Kritzeln, Neuro Art, Art Journaling oder Collagen - hier kann jede/r nach Herzenslust experimentieren und sich inspirieren lassen. Talent ist nicht erforderlich, es gibt keine gestalterischen Vorgaben und kein Richtig oder Falsch! Bei entspannender Musik wird mit verschiedensten Materialien (Mixed Media) gemalt, gestempelt, geschnitten, geklebt, gerissen, gekritzelt.

Bitte mitbringen: Küchenrolle, Zeitungspapier oder Karton zum Unterlegen, Wasserbecher, Fön, Zeitschriften/Magazine/Fotos, ggf. ein Journal/Skizzenbuch für ein kreatives Tagebuch. Alle weiteren Materialien, auch farbige Papiere und Kartons, werden von der Dozentin bereitgestellt.

Kurstermine

Datum Uhrzeit Ort

19.09.2026 11:00 - 15:00 Uhr VHS im Bezirksrathaus Porz, Raum 116

[zur Kursdetail-Seite](#)