

# Zorgdragen voor je vitaliteit

*Schildercursus in de sluiertechniek op vochtig papier*

## Kennismakingscursus

### De invloed van de kleuren op onze vitaliteit

**In een tijd waarin er veel op je afkomt, is het belangrijk dat je je vitaal (blijft) voelen. Vitaliteit zit in de mens zelf, maar je ziet het ook in de beweging van de atmosferische kleuren.**

Iedere dag opnieuw zijn we omgeven door de atmosferische kleuren.

De vroege ochtend wordt aangekondigd door het magenta wat al snel overgaat naar karmijnrood, vermiljoen, oranje, geel en geelgroen. Midden op de dag komt het smaragdgroen om vervolgens op weg naar de nacht over te gaan turkoois, kobaltblauw, indigo en violet. We staan er niet altijd bij stil hoeveel invloed deze kleuren hebben op onze vitaliteit.

### Inhoud cursus

In deze schildercursus gaan we aan de slag met de kleurbewegingen om onze vitaliteit te versterken.

Dit doen we onder andere aan de hand van het verhaal van Parcival. Dit verhaal illustreert onze zoektocht door het leven, waar vitaliteit een belangrijke rol in speelt.

We schilderen iedere bijeenkomst een kleur uit de kleurenreeks van 12 kleuren. We gebruiken dun onbedrukt courantpapier wat we nat maken en weer droog zodat we een vochtige basis hebben. Iedere bijeenkomst werken we op een nieuw vel papier aan een nieuwe kleurbeweging. Stap voor stap leer je de verschillende bewegingen van de kleuren kennen.

### Datum & tijden

De cursus bestaat uit 12 bijeenkomsten van drie uur. We starten op maandagmiddag 23 september 2024 13.00 tot 16.00 uur. De kosten voor de gehele cursus bedragen 360 euro, inclusief schildermateriaal en benodigdheden. Wanneer je aanvullend verzekerd bent, wordt (een deel van) de kosten vergoed.

### Locatie

De cursus wordt gegeven bij:  
Praktijk voor medische schildertherapie  
Waterfront 439  
5658 SM Eindhoven

### Informatie en contact

Karin Lamers  
Praktijk voor medische schildertherapie  
T: 0652074800  
E: [karinlamers@planet.nl](mailto:karinlamers@planet.nl)  
W: [www.medischeschildertherapie.nl](http://www.medischeschildertherapie.nl)