



Kreativt skapande

Välkommen till Kreativt skapande, en aktivitet i Erstas anhörigstöd inom LSS och äldreomsorg.

Att som anhörig stödja någon i behov av stöd och hjälp på grund av sjukdom eller funktionsnedsättning kan ta mycket energi och göra att man försummar sig själv och sina egna intressen. Det kan också vara svårt att hitta ett sammanhang där man kan delta utan krav på att prestera.

På Ersta diakoni erbjuder vi Kreativt skapande som en aktivitet för anhöriga. Här får du under ledning av en konstpedagog, fritt från prestation, arbeta med pensel, färger och papper för att stärka dig själv, minska stress och skapa förutsättningar att hitta tillbaka till den person du kanske under lång tid satt på paus. Det är inte en traditionell målerikurs, utan målningen är ett uttryckssätt och en väg att få syn på sig själv, få tid för återhämtning och en egen aktivitet.

- Aktiviteten är kostnadsfri och varje tillfälle är cirka två timmar.
- Inga förkunskaper krävs, du behöver aldrig ha målat tidigare.
- Läs mer på erstadiakoni.se/kreativtskapande



Kreativt skapande handleds av Lisbeth Rarysson, konstpedagog, konstterapeut och konstnär. Hon har länge arbetat med konstnärligt utövande och personlig utveckling, de senaste tre åren har hon varit handledare i kreativt skapande i olika verksamheter inom Ersta, bland annat Erstagruppen och dagverksamhet.

För mer information och anmälan, kontakta:

Lisbeth Rarysson, konstpedagog

E-post: lisbeth.9art@gmail.com Telefon: 0705-78 08 90

ERSTA
DIAKONI