



## Beispiel: Gestaltung eines Projekttages

### Kunstvoll mit Ton und Farbe anlässlich .....

„ Kunst wäscht den Staub des Alltags von der Seele. “ (Pablo Picasso)

Format: 2 kombinierte Gruppensettings  
 Moderator/Trainer: Petra Seemann  
 Ort: vor Ort bei Ihnen (Umkreis 70 km)  
 Datum: im April 2017  
 Anzahl Teilnehmer: 25  
 Dauer: 3 Std – inklusive Pause  
 Honorar: 357,00 € (ohne Materialkosten)  
 Materialkosten: pauschal 4,50 € pro Person  
*(Honorar und Materialkosten beinhalten 19 % MWSt)*

#### Setting 1 – Material: Ton

Für das Setting wird ein Stuhlkreis benötigt.

	Inhalt	Zeit/min	Erläuterung
0.	Begrüßung/Vorstellung	10	
1.	Achtsamkeitsübung mit Ton	45-60	Die Teilnehmer erfahren angeleitet die dialogische Wirkung des Tons beim Gestalten einer Kugel und der Konzentration/Achtsamkeit darauf. <i>(Der Zeitbedarf ist abhängig von der Teilnehmerzahl – Annahme: 15 bis 25 Teilnehmer.)</i>

#### Setting 2 – Material: Farbe

Für das Setting benötigen die Teilnehmer einen Arbeitsplatz (Tisch und Stuhl).

	Inhalt	Zeit/min	Erläuterung
2.	Pause	15-30	Möglichkeit zum Erfahrungsaustausch über die erprobte Achtsamkeitsübung während die Raumgestaltung und Vorbereitung des nächsten Settings erfolgt.

3.	Gestaltung einer einfachen Form (Ölkreide auf Papier – 2 Farben)	30	Die Teilnehmer erfahren die Wirkung der Kunst durch eine einfache Mal-Übung. <i>(Diese Übung wäre ggf. auch noch im Stuhlkreis mit einer Unterlage auf dem Schoß möglich.)</i>
4.	Optional: Betrachtung der Werke, Raum für Fragen	15	Die Teilnehmer können die mit hoher Wahrscheinlichkeit erlebte mentale Veränderung überprüfen/hinterfragen.
5.	Vertiefung des guten Gefühls durch Gestaltung eines Gruppenbildes bestehend aus Einzelbildern (Acrylfarbe auf Papier – je Teilnehmer eine Farbe)	45	Das Gruppenbild wird im Anschluss wieder aufgelöst, so dass jeder Teilnehmer den Teil des Bildes, auf welchem er den ersten und letzten Strich gemalt hat, mitnehmen kann – als Teil eines Ganzen, an welchem er mitgewirkt hat. <i>(hier werden keine Stühle benötigt)</i>
6.	Abschluss/Verabschiedung	5	

Die Zeitangaben sind Ca.- Angaben. Der Ablauf der einzelnen Punkte wird entsprechend der Bedürfnisse der Teilnehmer flexibel so gestaltet, dass dem Umfang von 3,0 Stunden insgesamt entsprochen wird.

Das Honorar schließt die Vorbereitung, Durchführung und Nachbereitung e in.

Die Rechnungslegung erfolgt nach Durchführung der Veranstaltung und beinhaltet neben dem Honorar die Materialkosten in Abhängigkeit von der Anzahl der Teilnehmer.

Mit freundlichen Grüßen



Petra Seemann