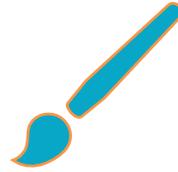


## Krisen kreativ begegnen – Kunstworkshop



Der Workshop richtet sich an interessierte Frauen, die ihre emotionale Gesundheit stärken und neue Ausdrucksmöglichkeiten entdecken möchten. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – Offenheit und Freude am künstlerischen Arbeiten genügen.



Sie haben die Möglichkeit, ihre Gefühle und Erfahrungen gestalterisch auszudrücken und auf diese Weise einen Zugang zu finden, um die Krisen meistern zu können. Durch kreative Techniken und den Austausch in der Gruppe werden Wege aufgezeigt, wie mit belastenden Situationen besser umgegangen werden kann. Ziel ist es, neue Perspektiven zu gewinnen und die eigene emotionale Stärke zu fördern.

Wir freuen uns auf einen inspirierenden Tag voller Kreativität, Austausch und gegenseitiger Unterstützung!



Der Workshop findet am **Samstag, den 13. September 2025**,  
von **10:00 bis 14:00 Uhr** im SKFM-statt Laden,  
Neanderstraße 68-72, 40822 Mettmann, statt.



### Anmeldung und weitere Informationen:

SKFM Mettmann e.V.  
Frauenberatungsstelle für den Kreis Mettmann  
Tel: 02104 1419-226  
Mail: [frauenberatung@skfm-mettmann.de](mailto:frauenberatung@skfm-mettmann.de)

