

# Welkom bij de eerste nieuwsbrief van De Zwaan, beeldende therapie en creatieve workshops.

De Zwaan is gevestigd op Cole Porterplantsoen 14 in Utrecht Terwijde.

[www.beeldendetherapieidscherijn.nl](http://www.beeldendetherapieidscherijn.nl) [welkom@beeldendetherapieidscherijn.nl](mailto:welkom@beeldendetherapieidscherijn.nl)

Ik heb even de stoute schoenen aangetrokken en jou deze nieuwsbrief gemaild. Misschien zit je hier helemaal niet op te wachten... daarvoor mijn excuses. Stuur even een mailtje en ik verwijder je uit de lijst. Maar nu je deze nieuwsbrief toch voor je hebt, waarom zou je niet even verder lezen? Er staan leuke [kinderworkshops](#) op het programma de komende tijd. Weet je iemand die hier ook wel deel aan zou willen nemen? Stuur deze nieuwsbrief vooral door! Ook wil ik creatieve workshops voor volwassenen gaan organiseren. Heb je ideeën of tips? Laat ze weten!



[Rosanne van Alphen – de Roo](#)  
Beeldend therapeut



## De Zwaan

Sinds enkele maanden ben ik, Rosanne van Alphen – de Roo, de trotse eigenaar van beeldende therapiepraktijk [De Zwaan](#). Ik verzorg zowel beeldende therapie als creatieve workshops voor jong en oud!

## Beeldende therapie

Wat is dat, beeldende therapie? Beeldende Therapie is een therapievorm waarin je ervaren aan het werk gaat; schilderend, tekenend, kleiend ga je zicht krijgen op de dingen die je in de weg staan om je goed te voelen. Burn-out, depressie, rouw.... Sommige dingen zijn moeilijk om over te praten, je hebt er geen woorden voor... maar je handen weten er vaak wel vorm aan te geven. Je werkstuk, je schilderij, je klei-beeld spreekt voor jou en laat je ontdekken hoe je je eigenlijk voelt.

*In de knoop met jezelf?  
Behoeftte aan tijd en aandacht voor jezelf?  
Meer dan een beetje sip?  
Uitgeput door over- of ondervraging op je werk?  
Snel uit het lood geslagen?  
Wil je met jezelf aan de slag omdat het 'zo niet langer gaat'?*

*Door aan de slag te gaan bij De Zwaan ....  
krijg je weer contact met je gevoel,  
krijg je weer zicht op wat je allemaal wel kan,  
kom je dicht bij jezelf,  
leer je je grenzen kennen en aangeven  
en raak je weer 'uit de knoop'.  
En misschien ontdek je wel dat je het heel fijn vindt om  
creatief bezig te zijn.*

Bij De Zwaan breng je jezelf en je moeilijkheden of pijnpunten letterlijk in beeld: we gaan tekenen, schilderen, kleien en daarmee ervaren en ontdekken wat er is en wat er niet is. Jij kan natuurlijk helemaal niet tekenen, laat staan schilderen... oei... gelukkig maar, want dat hoeft ook helemaal niet. Het gaat er niet om iets moois te maken (al mag dat natuurlijk best), want als je worstelt met jezelf is dat vaak helemaal niet mooi... maar wel ok. Stuur een email naar [welkom@beeldendetherapieidscherijn.nl](mailto:welkom@beeldendetherapieidscherijn.nl) voor een vrijblijvende kennismakingsafpraak! Ik hoor of lees graag van je!

# Creatieve workshops november & december 2014

## Lampion maken voor Sint Maarten

Wo 5/11/2014

0 – 12 jr

We maken de mooiste lampions! Knutsel je mee?



10.00 – 12.00 uur voor 0 – 4 jaar  
15.00 – 16.00 uur voor 4 – 8 jaar  
16.00 – 17.00 uur voor 8 – 12 jaar

Kinderen in verschillende leeftijdscategorieën?  
Meld je aan voor de groep van jouw voorkeur! Geef bij je aanmelding wel de leeftijden van je kinderen aan! Bij kinderen onder de 4 jaar is de aanwezigheid van ouders gewenst!

We gaan aan de slag met vloeipapier, transparant plastic, ijzerdraad, stof, werf, papieren bordjes en meer!

Kosten: 6 euro inclusief een lampionstokje met lichtje.

## Surprise pieten gezocht

Wo 26/11/2014

Vanaf groep 5

Moet jij voor school ook een surprise maken en kun jij hier wel wat hulp bij gebruiken?

Doe gezellig mee met dit surprise-pieten-knutsel-festijn.



Het surprise pieten knutsel festijn! Dé plek om met elkaar de mooiste surprises voor school te creëren.

Moet jij voor school ook een surprise maken? Maar heb je helemaal geen ruimte thuis, of vind je het gezelliger om het samen te doen? Kom naar het surprise pieten festijn! Met elkaar creëren we de leukste surprises! Gewapend met lijm, verf, enthousiasme en natuurlijk veel pepernoten gaan we aan de slag! Sinterklaas zal trots op ons zijn!

Wanneer: 15.00 – 17.15 uur Kosten: 6 euro

## Wat een mooie kerstboomballen!

Wo 17/12/2014

8+

We maken onze eigen kerstversieringen met kralen en glitters.



We gaan leuke, bijzondere en mooie hangers maken voor in de kerstboom. Gewapend met ijzerdraad, kralen, glitters en meer creëren we de mooiste kerstballen, kerststerren en engeltjes.

Wanneer: 15.00 – 17.00 uur.  
Kosten: 6 euro



Alle activiteiten vinden plaats in Utrecht Terwijde in het Waterwin, Musicallaan 102  
3543 BT Utrecht

Voor meer informatie klik [hier](#) en je gaat naar de site

Aanmelden door een mail met naam, leeftijd en gewenst tijdstip te sturen naar:

[welkom@beeldendetherapieleidscherijn.nl](mailto:welkom@beeldendetherapieleidscherijn.nl)