

Ausmalen gegen dunkle Zeiten, Langeweile oder Anderes.

Kreative Hilfe,

Pinsel oder Stift als Mittel gegen Depression, Burnout, Ängste, psychosomatische Beschwerden wie chronische Schmerzerkrankungen, Bluthochdruck usw.

Malen bietet Gelegenheit, sich von negativen Gedanken zu befreien.

Lass deine Lieblingsmusik laufen, nimm deine Lieblingsstifte oder Lieblingspinsel in die Hand.



















