

## Die Idee des Kreativraumes

Der Kreativraum bietet Menschen unterschiedlichen Alters eine kreative Form der Tagesstruktur in Kleingruppen. Grundsätzlich ist dieses Angebot allen Klient:innen von AQUA Mühle zugänglich.

Der Kreativraum bietet Zeit, Raum und Material um zu gestalten, zu experimentieren und sich auszudrücken. Dabei können die eigene Kreativität und gestalterische Fähigkeiten, die z. B. durch Krankheiten oder Krisen verschüttet wurden oder verloren gegangen sind, wiedergefunden und erhalten werden.

Der Leitgedanke des Kreativraumes ist das Wiederentdecken der eigenen Gestaltungsfähigkeit, die damit verbundene Erweiterung innerer Freiräume und eine Steigerung der Lebenszufriedenheit.

Weitere Informationen über AQUA Mühle Vorarlberg und zu den einzelnen Angeboten finden Sie auf unserer Webseite:

[www.aquamuehle.at](http://www.aquamuehle.at)



### Kontakt:

**Julian Rockel**

T 0699 1515 9507

E [julian.rockel@aquamuehle.at](mailto:julian.rockel@aquamuehle.at)

### Kreativraum

Obere Lände 3d

6820 Frastanz

[kreativraum@aquamuehle.at](mailto:kreativraum@aquamuehle.at)

### Öffnungszeiten:

Mo - Fr	Vormittag:	09:00 – 12:00 Uhr
Mo - Do	Nachmittag:	13:00 – 16:00 Uhr



## Kreativraum

### kreativ Leben gestalten

- Frei-Raum
- Gestaltungs-Raum
- Entwicklungs-Raum
- Entdeckungs-Raum

### AQUA Mühle Vorarlberg gGmbH

Energiefabrik an der Samina  
 Obere Lände 5b, 6820 Frastanz  
 T +43 5522 51596 0  
 F +43 5522 51596 7  
[www.aquamuehle.at](http://www.aquamuehle.at)  
[info@aquamuehle.at](mailto:info@aquamuehle.at)

AQUA Mühle Vorarlberg gGmbH gefördert von:

# Kreativraum

## Der Kreativraum ist ...

### Frei-Raum,

um durch kreative Tätigkeiten sich selbst (Anliegen, Probleme, Vorstellungen vom Leben) auszudrücken.

### Gestaltungs-Raum,

in welchem in erster Linie der Prozess, d. h. das Tun, das Sammeln von neuen Erfahrungen, das Entdecken eigener Fähigkeiten und Stärken (auch der verloren geglaubten oder noch nicht gefundenen) im Vordergrund steht – nicht das materielle Endprodukt.



### Entwicklungs-Raum,

das heißt ein aktives Einlassen auf den individuellen Gestaltungsprozess. Es entwickelt sich im kreativen Gestalten ein Austausch mit sich und der Welt. In dieser lebendigen Auseinandersetzung entstehen neue Möglichkeiten der eigenen Gestaltungsfähigkeit.

### Entdeckungs-Raum,

um zu sehen, zu hören und zu begreifen, was im Hier und Jetzt ist und durch neue Blickwinkel das eigene Leben zu bereichern.

## Die Bereiche des AQUA Mühle Kreativraumes:

### Malerei

Das Malen hat viele wohltuende Anteile: es bringt zur Ruhe, es zentriert die Malenden und bringt sie in Kontakt mit sich selbst. Jeder Mensch hat Ressourcen, die er nutzen kann. Auch das gemeinsame Malen kann Inspiration bieten. Es geht keinesfalls darum, „gut“ oder „besser als andere“ zu malen. Es geht um den eigenen Eindruck und Ausdruck und darum, neue Sichtweisen auszuprobieren.

### Keramik-Arbeiten mit Ton und plastisches Gestalten

Durch plastisches Gestalten werden unsere Sinne und unsere Wahrnehmung angesprochen. Das Materialisieren von eigenen Ideen und Bildern, Gefühlen und Ansichten stärkt das Vorstellungsvermögen und macht erlebbar, dass eigene Gestaltungsideen umgesetzt werden können (vom Greifen zum Begreifen). Dies schafft Mut um Neues auszuprobieren.



### Gestalten mit verschiedenen Materialien – Raum für individuelle Bedürfnisse

Der Kreativraum bietet vielfältige Möglichkeiten. Unter anderem hat auch das Gestalten mit Fundstücken, Textil, Recycling und Naturmaterialien (z. B. Skulpturenbau) seinen Platz.

Weitere Materialien können sein:

Speckstein, Mosaik, Korbflechten, Linoldruck, ...

### Unsere Teilnehmer:innen sollen durch ihren Aufenthalt im Kreativraum:

- zurück finden zum freien Gestalten
- ihrem Inneren Ausdruck geben können
- eigene Kraftquellen finden bzw. wiederfinden
- brachliegende Ressourcen wecken
- Stärkung von Selbstwert und Selbstvertrauen erfahren
- ihre Persönlichkeit individuell weiter entwickeln
- Freude am künstlerischen Arbeiten entdecken
- Lebensfreude wiederfinden

Die persönliche Situation und die individuelle Zielsetzung stehen immer im Vordergrund.