



DAY of ART THERAPY in EUROPE aka DATE
ON THURSDAY 24TH SEPTEMBER 2026.

This year's motto is **"FIND YOUR TRUE COLOURS!"**



ТЕМА „Намери истинските си цветове“

Понякога образите могат да разкажат онова, за което думите не достигат. В тази арттерапевтична сесия ще използваме колажа като средство за себеизразяване, изследване и свързване със собствените ни вътрешни ресурси. Не са необходими художествени умения или предишен опит – достатъчно е единствено желанието да се потопите в творческия процес. Колажът ще се превърне в символична карта на вашия вътрешен свят, а споделянето в защитеното пространство на групата ще подкрепи нови осъзнавания, различни перспективи и лични открития.

Цели: Да създадем пространство за себепознание, творческо изразяване и споделяне преживяване в подкрепяща групово среда. Чрез процеса на творчество участниците ще имат възможност да се свържат със своите емоции, спомени и вътрешни ресурси.

Събитието е подходящо за всеки, който желае:

- да се погрижи за своето емоционално и душевно благополучие;
- да освободи натрупаното напрежение и стрес;
- да се зареди с нова енергия, вдъхновение и творчески импулс;
- да усети подкрепата и силата на груповия процес;
- да се изрази свободно чрез средствата на изкуството в безопасна и приемаща среда.

Целева група: Арттерапевтичната сесия е подходяща за **възрастни!**

Не са необходими художествени умения – важно е единствено желанието да се потопите в творческия процес.

Материали: Материалите са осигурени, но ако все пак имате стари списания, брошури или цветни хартии можете да ги донесете.

Кога/Дата: 26.09.2026г. от 17ч.

Времетраене: 2 часа

Място на провеждане: Center Event Space, ул. Иван Вазов 35, град Велико Търново

Максимален брой участници: 12

Водещ: Елисавета Игнатова, Соня Александрова

Телефон за контакти и записвания: 0895624364, Елисавета Игнатова