**MÜMÜ- MŰVÉSZETI MŰHELY TISZAPARTI TÁBORA**



**Alkotó és nyaraló tábor Pállay-Kovács Szilvia vezetésével.**

***Lelki egészség és művészet!***

**Részletesen a programok:**

1. nap: érkezés 13-14 óra között. Berendezkedés, ismerkedés, közösségépítő játékok.

Tisza parti és környékfelfedező séta. Pl. Skanzenbe, az ártézi kúthoz…

Tisza kiépített strandján fürdés. Vacsora és nyitó tábortűz.

1. nap: Napüdvözlő reggeli torna, majd reggeli.

A lovak: ismerkedés a területünkön tartott lovakkal, a lovász segítségével. A lovak anatómiája, mozgása, arról tanulunk rajzokat készíteni a segítségemmel. Fotók készítése róluk művész szemmel komponálva. Téma: ember és ló érzelmi kapcsolata.

Délután a készített rajzok és fotók elemzése, a képek kivetítésével. Híres fotóművészek ló és állatfotóinak megnézése. Tiszai strandolás és homokszobrászat, várépítészet! Este meditáció az éjszaka csillagai alatt és holdfényben.

1. Napüdvözlő reggeli torna, majd reggeli. Zenei improvizációs festés és pasztellrajz készítése, színes technikák megismerése. Közösen relaxáció, zenemeditáció, majd a megélt, látott élmény lefestése, rajzolása.

Délután: Sárkányhajózás a Tiszán, helyi vezetővel, kis kerékpártúrával egyben.

Naplemente, alkonyi hangulat festése a természetben, a holt Tiszánál. Impresszionista stílusú akvarell vagy temperafestés.

Éjszakai lámpáskaland-kincskeresés.

1. Napüdvözlő reggeli torna, chikung elemekkel, majd reggeli.

Művészet Japánba és Kínába**.** Japán fantasztikus ősi szent helyei, mesevilága. Festés tussal, a japán, kínai tusfestés tanulása.

Csongrádi termálstrandon fürdés. Csongrádi városnézés cukrászdázással.

Este: a japán animációs filmek világa, figurái. Filmrészletek megnézése, megbeszélgetése: Cihiró és a Nausica című japán animációs filmekből.

Kivetítővel mozi est házi hamburgerrel és pattogatott kukoricával!

1. Napüdvözlő reggeli torna, chikung elemekkel, majd reggeli.

A gyógyító és teremtő saját energiáink tapasztalgatása valamint stressz oldó, elengedést tanító meditáció. Az impresszionista/poentilista festők alkotásaiból vetítés. Pontozásos technikával életkép vagy tájkép festése. Délután: Lovak szeretgetése, etetgetése a lovászokkal, fogattal kocsikázás.

Állatok, melyek velünk élnek. Jellemük, képességeik, érzelmeik, hogyan segíthetünk, ha betegek.

Agyagozás, állatszobrok készítése: pl. kakas, kutya, macska, bárány, fecske és kecske.

Tiszai strandolás.

1. Napüdvözlő reggeli torna, chikung elemekkel, majd reggeli.

Fantasztikus és spirituális nap. Élet a Földön kívül. Más dimenziók lényei. A tündérek, koboldok és angyalok világa. Égi segítők, tanítómesterek. Igaz? Mese? Látható -e, érzékelhető -e?

Természet utáni tanulmányrajzok: tértanulmányok, növények, fák rajzolásának tanulása. Grafit, szén és tollrajz. Biciklitúra a csongrádi fahídhoz és a túloldalra. Tiszai strandolás.

Kiállítás a munkákból az ebédlőben. Búcsútábortűz sütögetéssel, zenével, énekléssel.

1. Délelött csomagolás majd szeretetfolyósóval búcsúzás. A táborból hazaindulás.