# Будзь здаровы. Пра творчае самавыяўленне

**Мы запрашаем моладзь ва ўзросце 14-19 гадоў на серыю майстар-класаў, падчас якіх мы адкрыем сувязь паміж творчасцю і псіхалагічным дабрабытам і даведаемся, як з дапамогай дзеянняў у розных пластычных тэхніках мы можам выказаць сябе, расслабіцца і набрацца сіл.**

* Выхадныя дні 23-24 лістапада і 30 лістапада–1 снежня з 10:00 да 15: 00
* Мы прымаем заяўкі да 18 лістапада (панядзелак), [адправіць заяўку →](https://polin.pl/pl/form/na-zdrowie-o-tworczym-wyrazaniu)

Адпраўным пунктам стане наша часовая выстава работ [Маера Кіршэнблата](https://sztetl.org.pl/pl/biogramy/5369-kirszenblat-majer). яго маляўнічы, поўны жыцця наіўны жывапіс стане крыніцай натхнення для ўласнай творчасці удзельніц і ўдзельнікаў. Пад кіраўніцтвам арт-тэрапеўткі Эвы Курзавы мы даведаемся, як творчасць падтрымлівае наш псіхалагічны дабрабыт, а са стрыт-арт мастачкай Даротай Цэслік (@miss Dorys) мы паэксперыментуем з рознымі пластычнымі тэхнікамі і створым запісную кніжку сваімі рукамі.

Далучайцеся да нас, каб атрымаць новыя навыкі, расслабіцца і творча працаваць у коле аднагодкаў!