

## Neue Termine 2020:

1. und 2. Projektdurchlauf: mittwochs

01.07./ 08.07./ 15.07./ 22.07./ 29.07./ 05.08./ 12.08./  
19.08./ 26.08./ 02.09.

**Uhrzeit:** 15.30 bis 18.00 Uhr oder 19.00 bis 21.30 Uhr

3. und 4. Projektdurchlauf: mittwochs

09.09./ 16.09./ 23.09./ 30.09./ 07.10./ 14.10./ 21.10./  
28.10./ 11.11./18.11.

**Uhrzeit:** 15.30 bis 18.00 Uhr oder 19.00 bis 21.30 Uhr

**Veranstalter:** Museum Tucherschloss und  
Hirsvogelsaal, Hirschelgasse 9-11, 90403 Nürnberg

**Leitung:** Sabine Messner

**Anmeldung unter:** [sabine.messner@die-eigene-spur.de](mailto:sabine.messner@die-eigene-spur.de)  
oder 0911/93858877

**Kosten:** Eintritt frei

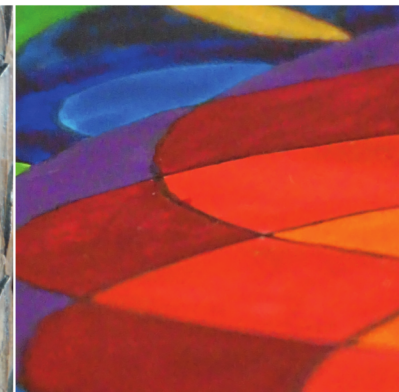
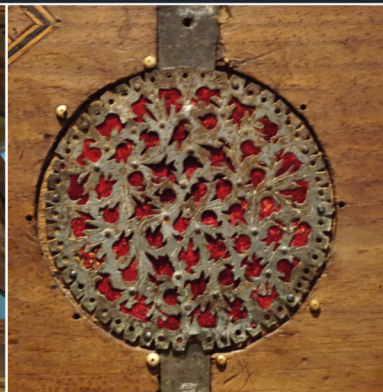
Herzlichen Dank den Initiatoren,  
Förderern und Kooperationspartnern:



**Sabine Messner**  
Praxis für Psychotherapie (HeilprG)  
Atelier „die eigene Spur“  
Kobergerstraße 41,  
90408 Nürnberg  
[www.die-eigene-spur.de](http://www.die-eigene-spur.de)

**NEUE  
TERMINE**

**gesundmitkunst**  
DAS TUCHERSCHLOSS  
EIN KUNST-ERFAHRUNGS-RAUM





## DAS TUCHERSCHLOSS EIN KUNST-ERFAHRUNGS-RAUM

In dieser Seminarreihe werden uns das fast 500 Jahre alte Tucherschloss mit seinen Kunstschätzen, der festliche Hirsvogelsaal und der idyllische Schlossgarten zu anregenden Inspirationsquellen werden. Gemeinsame Erkundungsgänge sensibilisieren die Fähigkeit der Wahrnehmung und die Vertiefung in die Ästhetik des Äußeren. Ein ausgestelltes Objekt, eine schöner Raum, die Architektur, ein altes Kunsthandwerk oder eine Pflanze im Renaissancegarten kann den Betrachtenden berühren, faszinieren oder etwas in ihm zum Schwingen bringen. Diese ästhetischen Erfahrungen werden mit vorbereiteten künstlerischen Angeboten, die von den Teilnehmenden erprobt werden können, vertieft. So können das Herstellen von Farbe aus Pigmenten und Erden mit Bindemitteln, das Verwirklichen eigener Bildideen, das Gestalten von Keramikobjekten u.v.m. Ausgangspunkt für eigene Ideen, Werke, Impulse und Spuren werden. Durch den kreativen Schaffensprozess können Sie neue Möglichkeitsräume entdecken, Ihre individuellen Handlungsspielräume erweitern, vergessene Fähigkeiten und Ressourcen wieder in den Vordergrund rücken und neue Kraftquellen für den Alltag erschließen. Methoden der Selbsterkundung, handwerkliche Hilfestellungen und unterstützende Handreichungen helfen Ihnen dabei. Es ist weder Begabung, Vorerfahrung noch eine besondere Inspiration notwendig.

### gesund mit kunst

Kunst gestaltet Wirklichkeit. Kunst wirkt auf Körper, Seele und Geist. Die Gestaltungspotenziale der Künste können Lebensqualität steigern und Gesundheit fördern. Diese Potenziale, die mit künstlerischen Methoden zur Gesundheitsförderung beitragen, werden in diesem Pilotprojekt „gesund mit Kunst“ erprobt. Die Projekte finden an Museen und Städtischen Galerien 2019/2020 unter der Gesamtleitung von STADTKULTUR Netzwerk Bayerischer Städte e.V., gefördert von der AOK Bayern, und evaluiert vom Department Arts and Change der Medical School Hamburg (MSH) statt. Das Museum Tucherschloss und Hirsvogelsaal mit seiner Leiterin Ulrike Berninger lädt in Zusammenarbeit mit Sabine Messner, Kunsttherapeutin in eigener Praxis, zu folgendem Projekt ein: