

Atelier Aventurijn: helende beelden voor een gezond bewustzijn

Tien jaar geleden begon Anita Peeters aan haar opleiding kunstzinnige therapie beeldend. Als docent gezondheidszorg en thuiszorgmanager voelde dit als een logisch vervolg op haar werkervaring en haar persoonlijke levensvisie. Sinds 2012 werkt ze vanuit haar Atelier Aventurijn op de Heipoldersstraat 10 in Heeze. Dit inspirerende plekje biedt volop ruimte en rust voor de therapie en begeleiding die Anita geeft aan hooggevoelige kinderen, volwassenen en ouderen. En aan mensen die willen leren omgaan met een verlies.

Vanuit de antroposofische levensopvatting en de holistische benadering dat een ziektebeeld niet los staat van het totale functioneren van lichaam en geest, heeft Anita een diepgeworteld vertrouwen dat ieder mens de eigenschappen bezit om zijn eigen kracht te kanaliseren en daardoor sterker te worden. “Door op een kunstzinnige manier positief aan de slag te gaan, werken mensen aan hun eigen identiteit,” vertelt Anita, “Vrij werk, eigengemaakte beelden, zeggen iets over jezelf, en geven soms gaandeweg het antwoord op de hulpvraag waarmee mensen bij me komen. Ik begeleid of stuur mensen in dat proces en geef ze een steuntje in de rug als ze dat nodig hebben.”

Expressie plus gesprekken

“Door je kunstzinnig beeldend te uiten, kom je bij je gevoel. En wil je je van je gevoel bewust worden, dan moet je erover praten. Ik stel vragen over het gemaakte werk, over kleurgebruik, beweging, of: waar wil jij zijn in jouw werk? Kun je het een titel geven? Ik speel met de creatie, draai het bijvoorbeeld om. Terwijl we praten, komen er inzichten boven waar mensen mee verder kunnen. Hooggevoelige mensen voelen anderen goed aan, maar kunnen zich daardoor zelf verliezen. Ze zitten vaak met ‘die ander’ in hun hoofd. Ik probeer ze van hun hoofd naar hun gevoel te brengen. Ik kijk naar hun willen, denken en voelen, en bijvoorbeeld naar hun manier van keuzes maken, initiatieven nemen en regie voeren.”

Omgaan met verlies

Op dit moment volgt Anita een opleiding in het omgaan met verlies. De combinatie van haar eigen verhaal en de angsten, depressies en burn-out-klachten van anderen, bracht haar er toe meer instrumenten te willen kunnen hanteren om anderen te helpen. “Rouwen is geen loslaten, het is anders verbinden. En iedereen heeft daar zijn eigen tijd voor nodig. Het is persoonlijk. En dat is wat ik het mooiste vind en graag doe: het persoonlijk houden”.

Open Atelier en ZorgAtelier

Naast de individuele therapie en persoonlijke begeleiding, kun je bij Anita terecht op de dinsdagavond in het Open Atelier. Je koopt een 5- of 10-rittenkaart en je gaat beeldend aan de slag met tekenen, schilderen of boetseren. Binnenkort start op de maandagmiddag het ZorgAtelier. Dit is een soort dagbesteding in groepsverband voor mensen met een zorgvraag.

Open Dagen

De deuren van Atelier Aventurijn staan wijd open op zaterdag 13 en zondag 14 mei van 11 tot 17 uur. Kunstkring Eymerick organiseert dan een Atelierroute in Heeze. Loopt u graag en gerust naar binnen en ga een persoonlijk gesprek aan met Anita.