

# Happy Painting Event bei Heidi am 01.07.2023

von Julia Salm

Was ist das eigentlich Happy



Painting?

Jahrelang bemühte man sich schöne Bilder zu malen, ohne dass ein Strich oder Farbe aus der Reihe läuft, um am Ende festzustellen, dass wohl doch kein Van Gogh mehr aus einem wird. Auch der Spaß hielt sich im Grenzen, als es an den Malstift ging.

Das änderte Clarissa Hagenmeyer und bringt die Freude wieder auf das blasse Weiß und den Spaß zurück ins Leben. Mit einfachen Schritten werden mit Aquarellfarben oder Acrylfarben, Fineliner, Farbstifte, Glitzer und vieles mehr tolle und einmalige Bilder.

Es gibt kein Ziel, wie ein Bild am Ende aussehen muss, sodass es auch kein Scheitern geben kann. Der Spaß an Farben und künstlerischen Tätigkeit steht im Vordergrund.

## Welche Gehirnregionen werden beim Malen eingeschaltet?

Unser Gehirn arbeitet optimal, wenn beide Hälften regelmäßig benutzt werden. Zeichnen und Malen regen die rechte Gehirnhälfte an, also diejenige, in der die Areale für Kreativität angesiedelt sind. Aber auch die linke Gehirnhälfte wird für die Linien und Proportionen benötigt. Bei vielen Menschen wird im Alltag mehr die linke Gehirnhälfte beansprucht

Also Stifte, Pinsel und Farben raus !!!

## Genug der Theorie - jetzt erzähle ich euch wie der Event war:

Zum Event bei Heidi kamen Björn, Joachim, Mercedes, Marion und Ich.

Auf der schönen Terrasse begrüßte uns Heidi mit frischen und kühlen

Getränken und erzählte, wie sie auf Happy

Painting gestoßen ist. Das war im

Februar dieses Jahres, wo sich alle

SeHT-Vereinigungen in Münster zum

Thema Mitgliederentwicklung trafen.

Dort stellten SeHT-Mitglieder aus

Münster einige Bilder aus.

Dadurch angeregt, überlegten Heidi und

Gertrud (SeHT LV Rheinpfalz) was für

Bilder könnte man mit interessierten

Mitgliedern malen. Bücher von Clarissa

Hagenmeyer und Daniela Schoch regten Heidi an, eine Mischung aus Happy

Painting und den Einsatz von verschiedenen Materialien in Acrylfarben zu malen.





Heidi zeigte uns auch, womit wir Bilder zusätzlich schmücken können wie zum Beispiel mit Muscheln, getrockneten Spargelschalen, kleine Steine, Eierschalen, Noppenfolien, Jutebänder, Sand in Spachtelmaße einarbeiten und getrocknete Blumen.

Im Anschluss versammelten wir uns in ihrem Künstler-Zimmer und sie zeigte uns, wie man einfach Bilder auf den Leinwandkarton bekommt. Und zwar mithilfe eines optischen Bildzeichnungsbrettes in einem dunklen Zimmer. Damit kann abgezeichnet werden, entweder direkt auf Malkarton oder zur einen Schablone. Mercedes entschied sich für einen Vogel. Mit viel Ruhe und Geduld malte sie eine bunte und nachdenkliche Eule.

Marion zeichnete einen sympathischen Frosch der im Glitzer steht. Sie verzweifelte an ein paar Stellen, aber gab nicht auf und am Ende erhielt der Frosch noch eine kleine Fliege auf den Kopf..

Björn hat sich für einen Elefanten entschieden, der umringt ist von grün-weiß und roten-gelben Fransen. Dadurch sieht der Elefant munter aus.

Joachim zeichnete eine Naturlandschaft mit einem Eichhörnchen.

Und Ich tauchte ab in die Unterwasserwelt und kreierte ein Bild in blau mit Delfin und Fischen. Die verwendeten Farben machten es in meinem Kopf zu einem besonderen Taucherlebnis.

Ich war begeistert und kam so gut voran, dass die Zeit noch für ein weiteres Bild reichte. Es wurde ein Vogel, umringt von grünen, dunklen und hellen Farben.

Heidi zeigte uns Schritt für Schritt mit viel Geduld und Einfühlungsvermögen die einzelnen Schritte und nahm auch mal selbst den Pinsel in die Hand. So gegen Mittag machten wir eine kreative Mittagspause. Heidi bereitete ein kleines schmackhaftes Salatbuffet zu. So konnte jeder selbst sich seinen Salat gestalten.

#### Schritt für Schritt zum Happy Painting Bild

- Bild auf Handy oder Tablet aussuchen und kopieren
- Struktur mit Spatel anbringen. Trocken mit Fön
- Hintergrund farbig gestalten. Trocknen mit Fön
- Objekt ausmalen
- Verzierungen mit Finelinern



Allen bereitete der Event sehr viel Spaß und jeder lebte seine eigene Kreativität aus. Wir nahmen die Bilder mit nach Hause und so können wir uns noch lange daran erfreuen.

***“ Ich bin stolz auf mich. Ich habe etwas Neues gelernt, wo ich vorher gar nicht wusste, dass ich so was kann.”***