



## Välkommen till kurs i Vedic Art och Kreativt Måleri på Oaxen !

”Fötterna på jorden och penslarna i himlen!”

### **Konsten att leva**

Vedic Art är din guide till färgen och formens värld. En resa genom de 17 principerna där du finner din inneboende skaparglädje och väg till självkännedom. Här finns utrymme för att experimentera och utmana dina gränser. Vi varvar, samtalar kring Vedic Art's målarfilosofi med praktiska målarövningar, vi lyssnar på musik, vi njuter av omgivningen vid havet och äter lunch tillsammans. Mest av allt kommer du att måla!

På plats finns målarstaffli, kaffe, te, frukt och kaffebröd. Du tar med målarmaterial och färger som du tycker om, se lista nedan.



### **Om kursen**

De 17 principerna tar tre helger att gå igenom alternativt en kvällskurs. Du kan välja att gå blocken när som helst hos mig eller fortsätta hos annan lärare.

Att måla enligt Vedafilosofin innebär att komma nära nuet och i harmoni med sig själv. Det finns inga krav på resultat och vi lägger prestationen åt sidan och vi leker oss fram i färgens värld. Du kommer att experimentera, blanda färger, måla tjockt och transparent med vatten i. Du kommer att måla litet som stort. Är det fint väder står vi ute och målar.

Under helgen har vi både grundkurs, fortsättningskurs och även fördjupning för de som har målat tidigare, i de 6 Vedangas, ursprunget i den skapande processen.

På söndag morgon håller jag ett yogapass, 1 tim, för de som vill vara med.

### **Anmälan**

Varje block kostar 1600:- och är två dagar, lördag och söndag 10-17.

Nästa kurs är lö- sönd 18- 19 sept. Varmt välkommen att anmäla dig genom att maila mig :

**elisabeth.lindell.noren@gmail.se eller ringa på 0708 39 27 32**

## Om Oaxen

Oaxen är en naturskön ö med speciell fauna pga av den kalkrika jorden. Den norra delen av ön är Natura 2000 område och skyddad pga av dess unika fauna. Tidigare skeppades kalk ifrån denna ö som bröts i öns kalkberg.se och läs [www.oaxenbygdegard.se](http://www.oaxenbygdegard.se)

## Hur tar man sig till Oaxen?

\*Från Stockholm: E4 södergående, 1:a avfart efter Järna ta av mot **Tullgarn, Mörkö, Hölö**, ta vä och förbi **Hölö kulturcentrum** vid stoppskylt ta hö och sedan vä vid Helleby bodar och Skylt Oaxen färja ca 10km .

Bil ställs vid färgeläget, ingen kostnad eller tas med över och parkeras då vid Ettans kalkugn och Oaxens bygdegård, Gillet där också vandrarhemmet ligger.

\*Pendeltåg till Södertälje eller Järna därefter buss 785 till färgeläget (Björnhagen) SL-kort gäller, Färga kostnad person TOR 25kr, bil 75kr köpes på återfärden i automat.



## Boendet på Mörkö

**All boende/frukost/lunch resp middag bokas Skärgårdshandeln Carina Åkerman-Fijal 0704781327**

\*Vandrarhemmet 500kr per rum (4 bädd) och natt, måltider i kök.se: [www.oaxenbygdegard.se](http://www.oaxenbygdegard.se)

Sänglinne kan hyras för 200kr

Frukostbuffe i Skärgårdshandeln 75kr. Middag 100kr. Lunchkorg 75kr

\*B&B Skärgårdshandeln 500kr/dygn med sänglinne och frukost och lunchkorg.

Gemensam middag vid samling fredag kväll kl 19.00 för presentation och trevnad.

## Målarmaterial att ta med sig

- Blyertspenna
- Kritor
- Ca 4 st. A4-/A3-papper
- 3-5 st. dukar ungefär 50\*50 cm samt någon större
- Ca 4 st. penslar av olika tjocklekar
- 6-10 st. akrylfärger som du gillar
- Ca 5 cm bred byggtejp på rulle
- En trasa att torka av med
- Målarkläder och en vattenburk

Om du har frågor, funderingar eller vill veta mer om kursen är du välkommen att höra av dig!

TRUE COLORS – Vedic Art och Kreativt Måleri  
[www.elisabethnoren.se](http://www.elisabethnoren.se)

Elisabeth Norén  
[elisabeth.noren@tele2.se](mailto:elisabeth.noren@tele2.se)  
Tel. 0708 39 27 32

Livsstil & Hälsa AB  
[www.livsstil.info](http://www.livsstil.info)

*Varmt Välkommen!*  
*Elisabeth Lindell Norén*

---

TRUE COLORS – Vedic Art och Kreativt Måleri  
[www.elisabethnoren.se](http://www.elisabethnoren.se)

Elisabeth Norén  
[elisabeth.noren@tele2.se](mailto:elisabeth.noren@tele2.se)  
Tel. 0708 39 27 32

Livsstil & Hälsa AB  
[www.livsstil.info](http://www.livsstil.info)