



Sztuka, która wraca do rąk. O tworzeniu, które łączy ludzi i daje wytchnienie

data aktualizacji: 2026.01.30





W świecie pełnym ekranów, powiadomień i nieustannego pośpiechu coraz wyraźniej widać potrzebę powrotu do prostych, manualnych form działania. Rysowanie, malowanie, praca z kolorem i fakturą pozwalają nie tylko rozwijać kreatywność, ale też realnie wpływają na koncentrację, regulację emocji i poczucie sprawczości - niezależnie od wieku.

Tworzenie sztuki rękami, bez użycia technologii, w gronie innych lokalnych osób – często takich, których wcześniej nie znaliśmy – sprzyja budowaniu relacji, uważności i odpoczynkowi psychicznemu. Dla dzieci to naturalna droga rozwoju. Dla młodzieży – bezpieczna przestrzeń poszukiwania tożsamości. Dla dorosłych, często przeciążonych obowiązkami, to moment zatrzymania i regeneracji.

Za wieloma z tych działań stoi doświadczenie pedagogiczne i terapeutyczne oraz wieloletnia praca z dziećmi, młodzieżą i dorosłymi. Zajęcia prowadzone są z uważnością na proces, tempo i indywidualne potrzeby uczestników – w duchu wspierania, a nie oceniania.

Kurs nauki rysunku dla dzieci - rozwój blisko domu







Od środy, 11 lutego 2026 roku, w **pracowni w Domu Handlowym Feniks** rusza **kurs nauki rysunku dla dzieci w wieku 7-10 lat**. Zajęcia skupiają się na obserwacji, proporcjach, cierpliwości i rozwijaniu wyobraźni – w atmosferze bezpieczeństwa i swobody twórczej.

Możesz zapisać swoje dziecko, wypełniając formularz zgłoszeniowy, gdzie też znajdziesz więcej informacji: [link](#).

To kolejny etap działań, które od lat powstają w odpowiedzi na realne potrzeby rodzin. Już od 2023 roku, na prośbę rodziców, **prowadzony jest kurs rysunku w Szkole Podstawowej w Samplawie** zaraz po lekcjach (w poniedziałki).

Z kolei w 2025 roku, również dzięki inicjatywie rodziców, **powstała grupa w Jamielniku** – mojej rodzinnej miejscowości i szkole, do której sama uczęszczałam. Zajęcia odbywają się tam w czwartki, zaraz po lekcjach, co znacząco ułatwia codzienną logistykę rodzinom i pozwala dzieciom twórczo wykorzystać czas po szkole.

Obecnie istnieje możliwość uruchomienia jeszcze jednej grupy **w czwartki w godz. 15:00-16:00**. **Jeśli w miejscowościach takich jak Wikielec, Ząbrowo lub w dowolnej lokalizacji w promieniu 15 km od Ławy zbierze się minimum 8 dzieci z klas I-III, zajęcia mogą odbywać się bezpośrednio na miejscu**. To zaproszenie do wspólnego działania – czasem jedna inicjatywa rodziców wystarczy, by w szkole pojawiła się wartościowa przestrzeń rozwoju.

Nauka rysunku w Ławie - wiosna 2026

Zapraszamy na kurs nauki rysunku zaraz po szkole!

Z radością ogłaszamy nabór na warsztaty z rysunku dla najmłodszych w Ławie! Wasze młode talenty nie tylko opanują nowe techniki artystyczne, ale przede wszystkim będą świetnie się bawiły, budując pewność siebie.

Dlaczego warto?

Rysunek to dla dziecka w wieku 7-10 lat znacznie więcej niż kartka i ołówek. Te zajęcia wspierają:

- koncentrację i cierpliwość – nauka obserwacji detali uczy wyciszenia i skupienia na realizowanym zadaniu,
- motorykę małą – precyzyjne ćwiczenia plastyczne doskonale przygotowują dłoń do płynnego pisanie i sprawności manualnej,
- wyobraźnię przestrzenną – przekładanie trójwymiarowego świata na papier rozwija myślenie analityczne i kreatywne rozwiązywanie problemów.

Szczegóły kursu:

- Cykl: 9 spotkań pełnych inspiracji (+ darmowe spotkanie dla osób, które z jakiegoś powodu ominięły któreś z zajęć).
- Czas trwania: każde zajęcia to 60 minut czystej twórczości w środy w godzinach 13:00-14:00.
- Komfort: zajęcia odbywają się w centralnej części Ławy, pracownia znajduje się w domu handlowym Feniks przy ulicy Niepodległości 2.
- Wszystko w cenie: organizatorka zapewnia wszystkie profesjonalne materiały (papiery, węgle, ołówki, pastele). Dziecko przychodzi tylko z uśmiechem!
- Koszt: 400 zł za cały kurs.

Zapisy: wypełnij ten krótki formularz zgłoszeniowy, a Twoje dziecko znajdzie się na liście: [link](#).

Dorośli i młodzież - sztuka jako odpoczynek i rozwój

Dorośli, którzy chcą oderwać się od codzienności w mniej formalnej atmosferze, mogą dołączyć do malowania przy winie, odbywającego się raz w miesiącu w czwartki w Czapla Bistro. To spotkania łączące sztukę, rozmowę i przyjemność wspólnego bycia – bez presji i bez ocen. Po aktualności na ten temat, terminy i tematy tych nieformalnych malarskich warsztatów, zaglądaj na Facebooka: [Pop-Up Art Warsztaty Artystyczne](#).







Młodzież i dorośli zainteresowani rozwojem osobistym, poszukiwaniem tożsamości i pracy z emocjami poprzez sztukę zaproszeni są na spotkania raz w miesiącu, w niedziele, w Centrum Ciało Umysł Emocje. Tu proces twórczy staje się narzędziem refleksji, poznawania siebie i budowania kontaktu ze sobą oraz innymi.





Stałe grupy i lokalne pracownie

Równolegle prowadzone są liczne stałe grupy artystyczne:

Iławskie Centrum Kultury, we wtorki:

- **dzieci:** *Eksperymenty artystyczne, czyli swobodne odkrywanie technik i materiałów,*



- **młodzież:** Grafika warsztatowa rozwijająca myślenie wizualne i umiejętności projektowe,



- **dorośli:** Rysunkowe impresje miejskie (*Urban Sketching*) czyli obserwacja miasta i codzienności poprzez rysunek.



Suski Ośrodek Kultury - w poniedziałki, zajęcia malarskie:

- ***najmłodszy***: 16:00-17:00 pierwsze kroki w malarstwie, oswajanie materiałów i swobodna twórczość,





- **młodzież i dorośli:** 17:00-19:00 pogłębiona praca malarska, rozwijanie własnego stylu i świadomego procesu twórczego.



Gminny Ośrodek Kultury w Lasecznie - środy, godz. 16:00:

- koło malarskie dla młodzieży i dorosłych. To otwarta, przyjazna przestrzeń do wspólnego odkrywania różnorodnych technik malarskich, inspirowania się nawzajem i budowania relacji poprzez sztukę. Regularne spotkania sprzyjają zarówno rozwojowi umiejętności, jak i poczuciu przynależności do twórczej społeczności.





Gabinet Terapii i Wspomagania Rozwoju Dzieci „Pięć Zmysłów” w Lubawie:

- dwa razy w miesiącu w soboty: nauka rysunku z elementami akwareli, wprowadzającymi kolor, lekkość i ilustracyjny charakter prac, dając dzieciom radość tworzenia.







Sztuka jako doświadczenie - zaproszenie do współpracy

Coraz częściej sztuka wychodzi także poza mury pracowni. W ofercie Beaty Jabłońskiej są też spotkania firmowe i team building przez sztukę. **Działania artystyczne coraz częściej stają się atrakcją organizowaną na specjalne okazje: przyjęcia komunijne, wieczory panieńskie i kawalerskie, wesela czy rocznice rodzinne, ale także wartościowym elementem oferty eventowej i turystycznej. Dlatego zaproszenie do współpracy kierowane jest również do lokalnych hotelarzy, pensjonatów oraz firm eventowych, które chcą zaproponować swoim gościom coś więcej niż standardowe atrakcje.**

Istnieje możliwość przygotowania autorskiego tematu malarskiego i poprowadzenia warsztatów dla grup do 30 osób – zarówno jako jednorazowe wydarzenie, jak i element dłuższego pobytu czy programu integracyjnego. Zajęcia mogą być prowadzone również w języku angielskim, co jest naturalnym efektem wieloletniego doświadczenia życia, studiów i pracy w Wielkiej Brytanii.

Tematyka warsztatów może nawiązywać do lokalnego krajobrazu i tożsamości miejsca – od malowania symbolicznych żaglówek na Jezioraku farbami akrylowymi, po łańskie pejzaże tworzone akwarelową techniką malowania herbatą, która łączy obraz, zapach i nieoczywiste doświadczenie twórcze. Każde spotkanie projektowane jest indywidualnie, z myślą o grupie, przestrzeni i charakterze wydarzenia.

Sztuka w takim wydaniu staje się nie tylko atrakcją, ale wspólnym przeżyciem, które integruje, zostaje w pamięci i buduje autentyczną wartość spotkania.



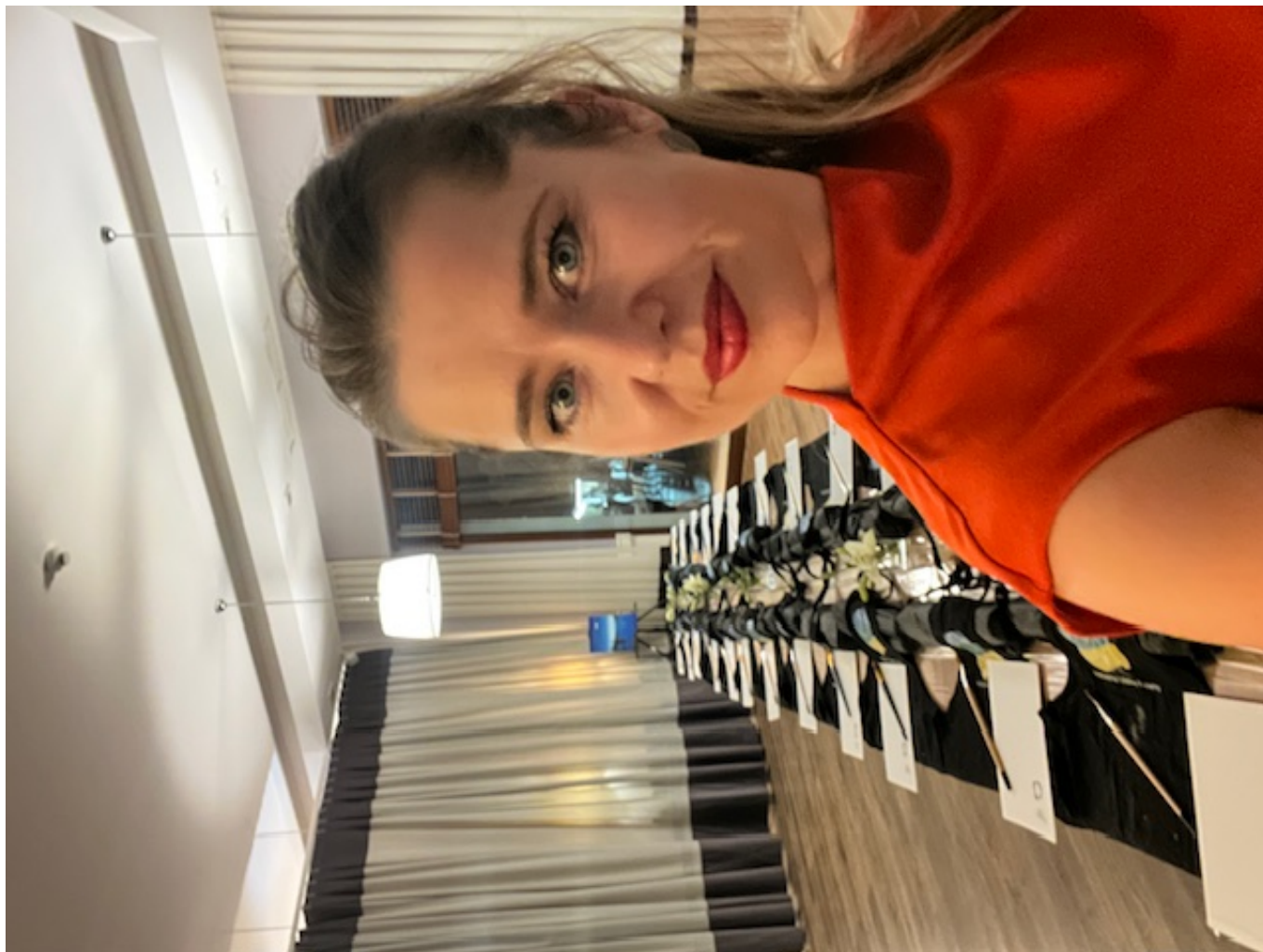












Na zakończenie - sztuka jako fundament dobrostanu

Sztuka odgrywa ogromną rolę w zdrowiu psychicznym i prawidłowym rozwoju dzieci, a także w utrzymaniu równowagi emocjonalnej u młodzieży i dorosłych. Manualne tworzenie uczy koncentracji, cierpliwości i regulowania napięcia, wspiera rozwój emocjonalny i społeczny, a przede wszystkim daje bezpieczną przestrzeń do wyrażania tego, co często trudno nazwać słowami.

Dla dzieci to naturalny język rozwoju – sposób na budowanie poczucia własnej wartości, sprawczości i zaufania do siebie. Dla dorosłych – moment zatrzymania, regeneracji i powrotu do kontaktu ze sobą, w świecie, który rzadko daje na to przestrzeń.

Wszystkie działania zapraszają do uważnego, wspólnego tworzenia – bez ocen, bez pośpiechu i **bez konieczności „bycia dobrym w rysowaniu”**. A dla osób nieśmiałych, wrażliwych lub potrzebujących bardziej kameralnych warunków istnieje również możliwość zajęć indywidualnych, dostosowanych do tempa, potrzeb i celów uczestnika.

W razie pytań, wątpliwości lub chęci współpracy – zarówno edukacyjnej, terapeutycznej, jak i eventowej – zachęcam do bezpośredniego kontaktu. Czasem jeden krok w stronę sztuki potrafi realnie zmienić codzienność.

Beata Jabłońska
Pop-Up Art Warsztaty Artystyczne
Tel: 798 852 510



Artykuł promocyjny.

Źródło:

<https://www.infoilawa.pl/aktualnosci/item/80751-sztuka-ktora-wraca-do-rak-o-tworzeniu-ktore-laczy-ludzi-i-daje-wytchnienie>