

MH20 AW22

TOIVON & ROHKEUDEN SYDÄNKARTTA

**Mitä rohkeus merkitsee sinulle? Riskien ottamista, uskallusta erehtyä, luottamusta omiin kykyihin?
Entä toivo? Uskoa tulevaisuuteen, katsetta huomiseen, vaikeuksien voittamista?**

Pysähdy hetkeksi, pohdi kysymyksiä ja laadi oma sydänkartta muistoksi.

KOLLAASI & CUT UP

Kollaasi on tekniikka, jossa erilaisia materiaaleja (kuvia, tapetteja, lehtileikkeitä, piirustuksia) yhdistetään samaan teokseen. Nimi tulee ranskan verbistä coller (liimata) ja tekniikka yleistyi 1900-luvun alun kubistien, kuten Pablo Picasso ja Georges Braque, myötä.

Cut-up on kokeellisen tekstin tuottamisen tekniikka, johon liittyy olennaisesti sattumanvaraisuus. Tekijä valitsee tekstejä eri kirjoista ja lehdistä, ottaa niistä pätkiä sieltä täältä ja luo paloista kokonaan uuden tekstin. Tekniikan tekivät tunnetuksi erityisesti dadaisti Tristan Tzara, monialataiteilija Brion Gysin ja beatkirjailija William S. Burroughs.

Jaa omasi ja löydä muidenkin sydänkarttoja
#sydänmaasalo #MHAW

LUO OMA SYDÄNKARTTA

- Tarvitset kartonkia, sakset, liimaa sekä pinon erilaisia lehtiä, kirjoja, piirustuksia, kuvia tms. Halutessasi voit leikata kartongin sydämenmuotoiseksi.
- Tämän kartan aiheena ovat toivo ja rohkeus. Pohdi mitä ne sinulle merkitsevät, omassa elämässäsi? Mikä tekisi sinut rohkeammaksi, mikä taas luo toiveikkuutta? Miten taide ja kulttuuri vaikuttavat omaan hyvinvointiisi?
- Käy läpi materiaaleja ja poimi kuvia ja sanoja, jotka tuntuvat merkityksellisiltä ja puhuttelevat sinua. Leikkaa ne irti, sommittele ja yhdistele mielesi mukaan. Halutessasi voit tutustua tarkemmin kollaasi ja cut up -tekniikoihin.
- Kun olet tyytyväinen valitsemiisi kuvien ja sanojen yhdistelmiin, liimaa ne kartongille. Laita valmis karttasi esille, joko itselle nähtäväksi tai vaikka ikkunaan viestiksi ohikulkijoille!
- Toivomme myös, että jaat oman sydänkarttasi sosiaalisessa mediassa käyttämällä esimerkiksi tunnuksia #sydänmaasalo, #MHAW, #mielisalo, #mielenterveyskuuluukaikille tai #hyvämieltäkulttuurista.

MENTAL HEALTH ART WEEK:

MIELI Suomen Mielenterveys ry:n MHAW – Hyvää mieltä kulttuurista -tapahtumaviikko järjestetään vuosittain toukokuussa viikolla 21. Tänä vuonna jo kahdeksatta kertaa! MHAW tapahtumat madaltavat kynnyistä keskustella mielenterveydestä ja sen merkityksestä niin yksilöille kuin yhteisölle. MHAW 2022 viikon teema on toivo ja rohkeus. Tapahtumaviikko on osa MIELI ry:n 125-vuotisjuhlavuotta, jonka pääviesti on "mielenterveys kuuluu kaikille."

Yhteistyössä

MH20
AW22



Salon kriisikeskus Etappi



Kulttuuripalvelut

kirjan talo

