

STELLENBERG TERAPIESENTRUM

h/v Mountain Viewrylaan
en Edelweisweg, Eversdal



MAART 2026



Diamond
Dotting



Silhouette
Painting

APRIL 2026



Handmade Gift
Tags & Boxes

MEI 2026



Texture Paint
& Stenciling



Mosaic

Volwassenes:

9:00 – 12:00

Tieners:

13:00 – 16:00

AANBIEDER

Alta Stone-van Niekerk

Arbeidsterapeut

B.OT (US) M.OT (US)

Pr. 6614922

KOSTE

R390 p/p

R350 p/p bespreking vir 3
of meer persone.

BESPREEK

reception@altastonetherapy.co.za

Whatsapp: 0724841348 teksboodskap

DIAMOND DOTTING

Maak stel van 2 coasters.
Verskeidenheid ontwerpe
om van te kies.



SILHOUETTE PAINTING

Verf op hout canvas.
Patrone beskikbaar of
gebruik jou eie silhouette
ontwerp.



HANDMADE GIFT TAGS +BOXES

Groot verskeidenheid papier,
versierings en gereedskap
beskikbaar om unieke
kaartjies te maak.



TEXTURE PAINT +STENCILING

Werk met tekstuur verf op
hout om verskillende lae te
vorm. Gebruik stencils om
boodskap of patrone by te voeg.



Die vinnige pas en uitdagings van ons hedendaagse samelewing stel hoë eise. Om 'n balans te skep tussen verantwoordelikhede en persoonlike behoeftes kan soms moeilik raak. Om by te hou en aan te hou, skakel ons soms oor na 'auto-pilot mode'; 'n situasie waar 'n mens mag voel of jy bestaan, maar nie voluit leef nie.

Baie mense kan identifiseer met bogenoemde scenario. Jy mag vra wat is die oplossing? Daar is nie 'n eenvoudige antwoord nie, maar deel van die oplossing lê daarin om jou vlak van bewussyn te verhoog en oomblikke te skep waar jy kan stil raak, teenwoordig wees en luister...

Kom ervaar die kreatiewe proses as 'n oomblik vir asemskep, stilte, bewustheid, rus, herlaai, speel, geniet.

*"The purpose of art is to wash the dust of everyday life off our souls."
— Pablo Picasso*