



# Heal your HART with ART

## Grundmaterial

tapetklister

dagstidningar

färgpennor

tejp

sax

snöre eller fisklina

symbol för kärna (pärla, kotte, smycke)

## Extramaterial för vecka 2,3,4

hönsnät

silkpapper

plastflaskor

pinnar

servetter

färgade present snören

krimskrams (pärlor, glitter m.m.)

akryl eller vattenfärger

pensel

japansk kniv

## Övrigt

A4 pappersark

dagbok

kamera

egen tid

kläder som kan röra dig i

och inte är rädd om

