



# ART JOURNALING

Det er mange som fortsatt ikke har hørt om konseptet Art Journaling, den store trenden som følger etter scrapbooking.

## Hva er Art Journaling?

Det kan beskrives som en kreativ måte å føre dagbok, minnebok eller lage en utklippsbok. Det handler om at helt betingelsesløst, uten regler og rammer, spare sine tanker, minner og opplevelser for deretter å presentere dem ved hjelp av farge, form og fantasi. Resultatet kan være i klassisk dagboksform, en reiseskildring eller såkalt moodboard, en form for inspirasjonscollage.

Når du lager din Art Journal kan du fritt bruke alle tenkelige materialer og teknikker – det er nemlig akkurat det som er en del av tanken, å ikke sette begrensninger i skaperprosessen. Dekorér med gjenvinningsmaterialer, avisutklipp, scrapbookingmaterialer, stoff, tapetrester m.m.

## Hva gjør jeg?

Bruk de materialene du vil og forsøk å speile følelsen eller gjengi de ordene som kommer til deg når du tenker på det du vil skildre. Det du lager behøver ikke forestille noe spesielt – bare farger kan også formidle budskap og følelser. Farger sammen med ett eller flere ord og/eller bilder kan symbolisere både opplevelser og tanker. Bruk et bilde, fotografier, ett eller flere ord, en tekst, farge/farger, en teknikk eller flere. Stempler og stickers er fine alternativer til å tegne selv og fungerer også bra for å komplettere. La ideene strømme fritt og bygg på til du er fornøyd!

