

Prázdninový chill s poezií & bubnováním

LETNÍ ZÁŽITKOVÉ WORKSHOPY - ČERVENEC A SRPEN 2024

CHCETE SI UVOLNIT MYSL A ZAŽÍT SILNÝ ZÁŽITEK PŘÍTOMNOSTI? PŘIDEJTE SE K NÁM!

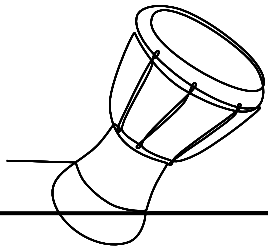
WORKSHOPY POD ZÁŠTITOU LITERÁRNÍ DÍLNY PAVEDOU ZKUŠENÍ ODBORNÍCI

Z PSYCHOTERAPIE FOKUS PRAHA,

V OBLASTI POETOTERAPIE - TOMÁŠ PIKHART A JITKA ŠPIČANOVÁ

A MUZIKOTERAPIE - MARTINA KUSÁKOVÁ.

WORKSHOPY JE MOŽNÉ NAVŠTÍVIT OPAKOVANĚ.



8.7. BUBNOVÁNÍ

22.7. POEZIE

5.8. BUBNOVÁNÍ

12.8. POEZIE

VŽDY V ČASE 16:00 - 17:30

ZAŽIJTE SÍLU SKUPINOVÉHO BUBNOVÁNÍ!

Skupinové bubnování vede k silnému zážitku přítomnosti, radosti a lehkosti, který vydrží někdy i několik dní po bubnování. Skupinové bubnování jako jedna z nejstarších forem meditace vede k uvolnění, relaxaci, zábavě, stmelování s ostatními a je nástrojem k seberozvoji a sebepoznávání.

OSVOBOĎTE SVOU MYSL A OBJEVTE RADOST Z POEZIE!

Pracovat se bude jak s hotovými básněmi, tak s těmi, které vzniknou přímo na místě. Na své si přijdou i nebásníci. Pozornost bude věnována pocitům a náladám z poetických textů. Poezie pomáhá harmonizovat lidskou psychiku, uvolnit mysl a nacházet nové formy sebevyjádření.



VSTUPNÉ JE ZDARMA!

PSYCHOTERAPIE FOKUS PRAHA

MEZIŠKOLSKÁ 1120/2, PRAHA 6 - BŘEVNOV, 169 00.

DĚKUJEME MĚSTSKÉ ČÁSTI PRAHA 6 ZA FINANČNÍ PODPORU.

V PŘÍPADĚ ZÁJMU, POTVRĎTE SVOU ÚČAST NAŠÍ RECEPCI:

RECEPCE.BREVNNOV@FOKUS-PRAHA.CZ NEBO TEL. 777 800 387



FOKUS-PRAHA.CZ