

Skrze své tvůrčí činy zjišťujeme, kým opravdu jsme, a stáváme se tím, kým chceme být.

Pouštím svět kolem sebe a utíkám se do bezpečného ústraní. Na téhle cestě dovnitř objevuji svůj vnitřní svět - ano, stopuji sebe sama a přijímám tyhle zprávy jako milníky do nově vznikající mapy. Dotýkám se svých tajných zdrojů, drahocenných zásob, svých darů a talentů, a nechávám je rozeznít, aby se projevíly a dostaly svůj neopakovatelný tvar. A s každým nově objeveným územím se ve mně ozývá překvapené a křehké „Wow!“.

Srdečně vás zveme na **dvoudenní zážitkový kurz** spojující **arteterapii, muzikoterapii a práci s tělem**, ve kterém budeme zkoumat naši **tvořivost** – schopnost oddat se spontaneitě okamžiku, dát křídla své fantazii a nechat projevít navenek to, co bylo zatím skryté i našim vlastním očím. Prostředníky a pomocníky na naší cestě budou výtvarné techniky, zvuky a hudba a zejména naše všudypřítomné tělo. Budeme zkoumat přítomný okamžik, fenomén prostoru a hranic, necháme se inspirovat vnitřními zdroji i ostatními ve skupině. Soustředíme se na hravost a lehkost, a na to, co si můžeme s sebou odnést do každodenního života jako podporu, nový pohled a povzbuzení.

Lektorky:

Jana Hronková – psycholožka a psychoterapeutka, zaměřuje se na práci s tělem (bodyterapii) a muzikoterapii. Má několikaleté zkušenosti v klinické praxi, zejména s lidmi s duševním onemocněním. Nyní působí též v soukromé praxi. Intenzivně se věnuje spontánnímu tanci a práci s vědomým pohybem a radost jí přináší také zpěv, hudba a tvořivé šití.

Lenka Horáková – arteterapeutka, má dlouholeté zkušenosti s tvorbou lidí s duševním onemocněním, seniorů a osob se zrakovým postižením. Jejím oblíbeným materiálem je keramická hmota, kterou využívala k výrobě užitkové keramiky, k vlastní tvorbě i k tvořivé práci se zrakově postiženými. Nyní působí jako arteterapeutka v denním stacionáři Fokusu Praha na Břevnově a v Domově pro zrakově postižené Palata.

Čas konání: 25. – 26.11.2011 (pátek 17 – 20, sobota 10 – 19), celkem dotace 14h. Registrace od 16,30.

Místo: Fokus Praha, o.s., Meziškolská 2, Praha 6, 169 00 – **Ateliér expresivních terapií**
(bus 180 z Dejvické, 174 a 108 z Hradčanské, z.Břevnovská; tram 22 z.U Kaštanu)

Cena: 1400,- Kč (sleva na 1300,- při včasné platbě do 11.11.) č.ú. 612814953/0300 (do zprávy pro příjemce uveďte své příjmení k identifikaci platby)

Přihlášky, platba a další informace:

Přihlášky posílejte e-mailem současně se zaplacením kurzovního **Lence Horákové, horakova@fokus-praha.cz, tel. 773 743 246**, která vám také podá další informace a zodpoví případné dotazy. Absolventi dostanou certifikát Fokusu Praha – Ateliéru expresivních terapií o účasti na kurzu.

S sebou si vezměte pohodlné, starší oblečení, ve kterém se můžete pustit do práce s barvami bez nároku na jeho výsledný budoucí vzhled☺ a pokud chcete, též svůj oblíbený hudební nástroj.

Těšíme se s Vámi na viděnou!

„Dokud jsem to neznal, tak jsem to nepotřeboval. Teď, když vím, co to je, nemůžu bez toho být.“