

## BLIŻEJ

### – warsztaty dla par

Blżej natury, bliżej siebie

Warsztaty prowadzone są w malowniczo położonym górskim domu, którego gospodynią jest niezwykła kobieta o imieniu Małgosia. W Domu Zwierzeń, jak bywa nazywana chata, panuje przyjazna i ciepła atmosfera, w powietrzu unosi się zapach pieczonego chleba i rozbrzmiewa tajemnicza muzyka, przeplatana raz po raz śmiechem mieszkańców i gości oraz toczonymi w kuchni bądź na werandzie rozmowami. Dom ten zawsze jest pełen ludzi, którzy przywożą z sobą niezwykle pomysły i historie. Każdy znajdzie w nim coś dla siebie, no i kogoś, kto zechce wysłuchać i podzielić się dobrą radą. Taki właśnie jest Sopotowiec.

W programie:

„**Wyzwolenie zmysłów**” - warsztaty taneczne – pozwól sobie na ekscytującą bliskość z partnerem w rytm gorącej salsy kubańskiej.

oraz warsztaty rozwoju osobistego:

- „**Między słowami**” - komunikacja w związku – przekonaj się, jak wiele przekazujesz bez użycia słów, usłysz, zobacz i poczuj co naprawdę mówisz Ty i Twój partner, doświadcz Waszej relacji bardziej intensywnie.
- „**Mandala Naszego Związku**”- tworzenie wspólnej mandali – stwórz wraz z partnerem wspólną metaforę Waszego związku w postaci najstarszego symbolu ludzkości – koła (okręgu) życia w formie kolorowej mandali.
- „**Podróż w głąb siebie**”- masaż, relaksacja i wizualizacja – zatrzymaj się choć na chwilę, odpręż swoje ciało, zapomnij o codziennym gwarze i uwolnij swój umysł od gonitwy myśli – wycisz się i zrelaksuj.
- „**Jak ogień i woda**” – harmonizowanie związku według pięciu przemian oraz co na to psychologia – zobacz jakim jesteś żywiołem oraz w jaki sposób uzupełniasz się ze swoim partnerem.

Zajęcia odbywać się będą w przytulnej Stodole oraz na łonie Natury, w blokach czasowych: przedpołudniowym, poobiednim i wieczornym.

Wieczory przy ognisku lub na salsotekach, a także integracja zgodna z inwencją twórczą uczestników.

Warsztaty:

- to jest czas by zatrzymać się na chwilę i wstuchać się w siebie
- czas by przyrzeć się sobie i temu, co wnosisz w swój związek
- czas by ponownie poczuć się dzieckiem Natury
- czas by przypomnieć sobie co znaczy naprawdę kochać i być kochanym
- czas by doświadczyć siebie na nowo
- czas by powiedzieć wiele nie używając słów
- czas by znów zaufać swojej intuicji i wewnętrznej sile
- czas by podzielić się swoją energią z bliską osobą
- czas by ponownie się zakochać
- czas by spojrzeć na siebie i swojego partnera z nowej perspektywy
- czas by odkryć siebie na nowo
- czas by zapomnieć o sprawach mało ważnych
- czas by przypomnieć sobie o sprawach najważniejszych w życiu
- czas by zdystansować się do świata
- czas by otworzyć oczy na drugiego człowieka
- czas by mieć czas

Oprócz wzajemnego poznania, grozi Wam przeżycie bliskości oraz dobra zabawa w inspirującym towarzystwie.

**Warsztaty odbędą się w dniach 7.10 (od godziny 19.00) – 10.10.2010 (do 15.00) w domu górskim Sopotowiec.**

Zabierzcie ze sobą: karimaty, śpiwory, wygodne ubranie i buty (odpowiednie do warunków górskich).

Cena: 390 zł (za osobę)

cena obejmuje:

- ✓ zakwaterowanie w wieloosobowym pokoju na materacach
- ✓ wyżywienie wegetariańskie: 3 obiady (piątek, sobota, niedziela) i 2 kolacje (piątek, sobota) – to nie znaczy, że na terenie Domu panuje mięsna prohibicja – możesz umilać sobie dzień kabanosem, ale posiłki serwowane przez Gospodynię są wegetariańskie i przyrządzone w oparciu o kuchnię Pięciu Przemian (pyszne!).
- ✓ wszystkie wymienione w programie warsztaty
- ✓ parking

**Warunkiem uczestnictwa jest przesłanie zadatku wysokości 150 zł za osobę na konto:**

**Maja Apryas**

**PKO BP S.A.**

**80 1020 1664 0000 3702 0130 0995**

**W temacie wpłaty proszę wpisać: Warsztaty - Sopotowiec**

**najpóźniej do 30.09.2010.** Reszta kwoty płatna do 7.10 (można zapłacić na zajęciach) lub na podane wyżej konto. W przypadku rezygnacji przed 30.09, zwracamy wpłaconą kwotę (wraz z zadatkiem); po tym terminie zadatek nie podlega zwrotowi.

**Warsztaty odbędą się, jeśli do dnia 30.09.2010 r otrzymamy zgłoszenia i zadatki od co najmniej 5 par. W przypadku gdy warsztaty nie dojdą do skutku, zwracane są uczestnikom wszystkie koszty (wraz z zadatkiem).**

**Informacje o warsztatach i dojeździe do Sopotowca znajdziesz także tutaj: [www.sopotowiec.pl](http://www.sopotowiec.pl) - w razie kłopotów z dojazdem proszę dzwonić do właścicielki domu (numer na stronie Sopotowca).**

**Kontakt i zapisy:**

**Maja – telefon: 663 904 976**

**lub drogą elektroniczną: [warsztaciarnia@o2.pl](mailto:warsztaciarnia@o2.pl)**