

DLA WSZYSTKICH

20-26 września, Europejskie Centrum Budo - DOJO
w Starej Wsi

PRZEBUDZENIE DO WOLNOŚCI - ODOŚOBNIENIE Z NITYĄ

To czas wspólnego odkrywania swojej autentycznej, prawdziwej natury. W trakcie wydarzenia odpocznemy od męczących myśli i pragnień z poziomu umysłu. Pozwolimy sobie na odnalezienie poczucia spełnienia, kompletności i wewnętrznego spokoju. Spędzimy czas blisko natury i podarujemy sobie luksus niewiedzenia tego, co dalej. Dzięki Medytacjom prowadzącym ku rozpoznaniu swojej pierwotnej istoty będziemy w stanie dostrzegać w swoim życiu sens równowagi, kompletności oraz poczucia bezpieczeństwa.

W programie: Medytacje prowadzone, Satsangi, zajęcia ruchowe wspomagające proces przebudzenia.

Prowadząca: Nitya Patrycja Pruchnik - nauczycielka non-duality, autorka książek o Medytacji: „Koniec wszystkich historii” i „Przebudzenie 24h na dobę”. Od 2014 r. prowadzi Satsangi, wykłady, spotkania medytacyjne, odośobnienia w Polsce i na świecie.

Informacje i zapisy: e-mail: info@nityameditation.org, www.nityameditation.org

Cena: 1470 zł (zakwaterowanie w przestrzeni wspólnej) lub 1950 zł (zakwaterowanie w komfortowych domach w japońskim stylu). Obie ceny obejmują wyżywienie wegetariańskie i wszystkie zajęcia programowe.



DLA WSZYSTKICH

lato - jesień, Polska

CENTRUM COUNSELLINGU GESTALT ZAPRASZA:

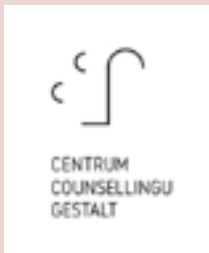
• **Warsztat Terapii Gestalt „RZYKO BYCIA ŻYWYM”**, w Kikowie, 21-26 września, EDYCJA PIĄTA. OSOBISTE DOŚWIADCZENIA rozwojowe będą przeplatane prezentacjami z zakresu WSPÓŁCZESNEJ TEORII terapii Gestalt, a połączenie teorii-praktyki będzie stanowić inspirację do poszerzania własnych **METAUMIĘJĘTNOŚCI TERAPEUTYCZNYCH** w działaniu. Prowadzą Olga Haller i Jacek Panster.

• **Roczny Kurs Umiejętności Interpersonalnych i Podstaw Pomagania** – 30 edycja (I etap Szkoły Counsellingu Gestalt). Rozpoczęcie: 30 września 2021 r. (220 godzin szkoleniowych). Kurs daje uczestnikom możliwość poznania unikalności i użyteczności podejścia Gestalt w praktyce, poprzez twórcze doświadczenie w kontakcie z innymi, odkrywania swoich wzorów zachowań interpersonalnych i własnego, indywidualnego stylu wchodzenia w kontakt.

• Ostatnie miejsca na **obóz Gestalt dla dzieci w wieku 7-11 lat**, 18-27 sierpnia Domaniewice.

Więcej informacji:

www.gestalt.haller.krakow.pl,
tel. 660 085 500, 668 733 931,
e-mail: gestalt@haller.krakow.pl



DLA WSZYSTKICH

11 września 2021 - 10 kwietnia 2022, Wrocław

KURS DIETETYKI WG TRADYCYJNEJ MEDYCYNY CHIŃSKIEJ. KURS OD PODSTAW DLA KAŻDEGO

Skierowany do osób, które chcą poznać podstawowe zagadnienia kuchni terapeutycznej, zgodnie z którą to, co jemy, może być lekarstwem lub trucizną dla naszego organizmu. Na kursie spojrzymy na nasze zdrowie z bardzo szerokiej perspektywy. Szczegółowy ośmiomiesięczny program dostępny na: www.prohumane.pl

Prowadzi: Bożena Olszowska – Tradycyjną Medycyną Chińską zajmuje się od ponad 15 lat, ze szczególnym naciskiem na dietoterapię i ziołolecznictwo. Od 10 lat prowadzi kursy i warsztaty propagując holistyczne spojrzenie na zdrowie i jego brak.

Zgłoszenia: tel. 534 55 33 88,
e-mail: prohumanewroclaw@gmail.com, prohumane.pl



DLA WSZYSTKICH

1 semestr: październik 2021 - luty 2022;

w sumie 5 semestrów, Warszawa, Katowice, Poznań

STUDIUM PSYCHOLOGII I PSYCHOTERAPII

kierunek: psychoterapia (terapia par, terapia rodzin, interwencja kryzysowa, terapia uzależnień)

Chcesz zmienić swoje życie, poznać swoje słabe i mocne strony, dowiedzieć się, jak z nimi pracować? Chcesz poprawić swoje relacje w związku, rodzinie lub w pracy? Chcesz nauczyć się fachowo i odpowiedzialnie pomagać innym? Do tej pory nie było okazji ani czasu, aby zdobyć doświadczenie i wiedzę z zakresu psychologii i psychoterapii? Ta szkoła jest dla Ciebie! Kształcimy specjalistów nastawionych na pracę z klientem. Przekazujemy rzetelną wiedzę, uczymy praktycznych umiejętności i technik psychoterapeutycznych. Zatrudniamy wyłącznie profesjonalną kadłę. Zajęcia weekendowe dwa razy w miesiącu oraz trening psychologiczny wyjazdowy, sześciodniowy raz w semestrze.

Informacje: IPS, tel. 577 950 470,
e-mail: studium@psychologia.org.pl,
org.pl, www.psychologia.org.pl



POLSKI INSTYTUT
ERICKSONOWSKI

SZKOLENIA Z PSYCHOTERAPII

www.p-i-e.pl

Znajdujemy indywidualne rozwiązania...

WYPRAWY ROZWOJOWE

27 września – 9 października, Ekwador

GŁĘBIA ŻYCIA – WYPRAWA DO EKWADORU WŚRÓD INDIAN AMAZONII

Nizina Amazonki, serce terytorium Indian Achuar. Poznamy lud, który jest częścią nieskażonego ekosystemu z rozwiniętą kosmologią i system wierzeń.

PRZEZ ANDY I WULKANY

Andy będziemy eksplorować aktywnie. Rowery, lodowiec, rafting. Wybierzemy się na słynny trekking po lasach mglistych Banos do La casa del arbol, czyli chatki na końcu świata. Dla chętnych będą też gorące źródła, masaże i lekcje tańców latynoskich.

WARSZTATY ROZWOJOWE

Zasoby wewnętrzne będziemy eksplorować i pogłębiać z Adą Stolarczyk podczas dwudniowych warsztatów w przytulnej, komfortowej Eco lodgy nad kraterem wulkanu. Wyzwanie, moc i przygoda.

ZAPISY: e-mail: info@wyprawy-rozwojowe.pl, tel. 694 363 668, www.wyprawy-rozwojowe.pl



DLA WSZYSTKICH

19-23 sierpnia, Warszawa: „Miłość, choroba i uzdrowienie”

23-27 września, Gdańsk: „Konflikt i miłość”

HELLINGEROWSKA SZKOŁA USTAWIEŃ

Zapraszamy do udziału w ośmiomodułowym cyklu szkoleniowym ustawień hellingerowskich – zakończonym certyfikatem. Z nami poznasz ustawienia, nauczysz się z nich korzystać i stosować w życiu. Z nami uporządkujesz swoje relacje i być może obierzysz nowy kierunek. Z nami nauczysz się, jak radzić sobie w trudnych momentach oraz ustawieniowo i skutecznie towarzyszyć innym. Naszym zadaniem jest przekazanie aktualnej wiedzy i doświadczenia z zakresu metody pochodzącej wprost od Hellingerów. **Uwaga!** Osoby borykające się z problemami, których nie udaje się przezwyciężyć lub które powracają, zapraszamy na **własne prace ustawieniowe** w trakcie warsztatów (2 dni lub 3 dni) organizowanych w trakcie każdego ze szkoleń.

Więcej informacji: Renata Pérez (tel. 603 509 501) oraz na www.szkoлаustawien.pl – AKTUALNOŚCI I WARSZTATY – zgłoszenia uczestnictwa poprzez formularze na stronie!

Prowadzący: Gerhard Walper – jeden z najbliższych współpracowników Berta Hellingera, wykładowca Hellinger Sciencia®/Hellinger Schule, trener i praktyk ustawień z wieloletnim doświadczeniem.

Jesteśmy certyfikowaną firmą szkoleniową, wpisaną do Bazy Usług Rozwojowych (PARP).

Informacje: Renata Pérez, tel. 603 509 501, e-mail: biuro@szkoлаustawien.pl
Serdecznie zapraszamy!



GERHARD WALPER

JOGA I MEDITACJE

III TERMINY: 7-10, 14-17, 21-24 października, Zagroda Kuwasy, Mazury

HAPPY DETOKS Z JOGĄ NATURALNIE! FENOMENALNY PROGRAM DLA ZDROWIA I URODY

Chcesz odmłodnieć, zyskać zdrowie, świetne samopoczucie i promienną cerę? Zapraszam na warsztat z rewelacyjną dietą Happy Detoks opartą na jedzeniu Superfoods, bez nabiału, cukru i mąki, w tym 1 dzień na diecie płynnej. Proces detoksykacji wspomogą praktyka jogi i medytacji odpowiednia dla początkujących. W trakcie wyjazdu poznasz proste programy oczyszczające, a także jogę twarzy oraz sekwencje wspomagające trawienie.

W programie: detoks 5 posiłków dziennie, w tym soki i zielone koktajle, 2 sesje jogi codziennie, w tym: Joga twarzy, Joga na sen, sesje oddechu, medytacji, relaks, wykłady. Na miejscu dostępny masaż.

Prowadzący: Kasia Bem – nauczycielka jogi i medytacji (II stopnia, tytuł Mistrzyni Jogi, RYT 800) autorka bestsellerów „Happy Detoks”, „Happy Uroda” i Serii DVD „Happy Joga”.

Informacje i zapisy:

e-mail: kasiabem1@wp.pl, tel. 601 290 105,

www.kasiabem.com

Cena za całość: 1250 zł



DLA WSZYSTKICH

27-29 sierpnia, 1-3 października, szkolenie online, szukaj terminów na www.MariannaBartke.com

KURSY THETA HEALING® – ZAMANIFESTUJ ZMIANY W SWYM ŻYCIU! THETA HEALING® STOPIEŃ PODSTAWOWY

Świadome manifestowanie w Theta oferuje: rozwinięcie zmysłów parapsychicznych, przyciągnięcie bratniej duszy do życia, umiejętność manifestowania dobrostanu, kreowanie obfitości w życiu, uruchamianie naturalne zdolności samouzdrawiania ciała, umożliwianie odczytywanie przyszłości, poprzednich wcieleń, aktywuje chromosomy DNA młodości i witalności, jak i daje możliwość spotkania fantastycznych osób!

Masz w sobie moc,

by zmanifestować zmiany!

Prowadząca: Marianna Bartke – Certyfikowany Instruktor, Science & Master Theta Healing®.

Informacje i zgłoszenia:

Tomasz Bartke, tel. 883 777 980, e-mail: info@mariannabartke.com, www.mariannabartke.com



DLA WSZYSTKICH

18-19 WRZEŚNIA, Bielsko-Biała

CORE ENERGETICS – ROCZNY PROGRAM. WARSZTAT PILOTAŻOWY

Program intensywnego rozwoju osobistego w metodzie CORE ENERGETICS, kładący szczególny nacisk na połączenie pracy z ciałem z aspektem rozwoju duchowego. Program został stworzony dla osób zainteresowanych głębokim rozwojem własnym i dla tych, którzy chcą doświadczyć Core, ale nie są zainteresowani lub niepewni, czy chcą dołączyć do profesjonalnego szkolenia.

Program bazuje na pracy z ciałem i w szczególności podąża za koncepcjami Pathwork, dyscypliny duchowej, która daje bazę filozoficzną CE.

Niektóre z koncepcji Pathwork, które będziecie mieli okazję eksplorować, to:

- maska i jej rodzaje - skąd się bierze i czemu służy
- niższe i wyższe ja - w jaki sposób ich rozpoznanie prowadzi do wzięcia prawdziwej odpowiedzialności za nasze życie
- obrazy/przekonania - w jaki sposób zniekształcają nasze doświadczenia i dlaczego tak trudno je zmienić
- wyidealizowany obraz siebie - czym jest i dlaczego nie chcemy go opuścić
- plan życiowy - po co tu jestem, co mam do zaoferowania i jak mogę służyć światu.

WRZEŚNIOWY WARSZTAT TO OKAZJA SPOTKANIA PROWADZĄCYCH, ZAPOZNANIA SIĘ Z METODĄ I USŁYSZENIA WIĘCEJ NA TEMAT PROGRAMU - ZAPRASZAMY

Prowadzący: **Ala Konopko-Ulanecki** – dyrektor Polskiego Instytutu Core Energetics, psychoterapeuta i superwizor z 25-letnim doświadczeniem; **Ewa Januszkiewicz** – psychoterapeutka Core Energetics.

Więcej o nas i o metodzie na:

www.coreenergeticspolska.com

Gdzie: Bielsko-Biała, 7 SPOTKAŃ od września 2021 do czerwca 2022. Piątek wieczór do niedzieli po południu. **Więcej informacji:** warsztaty@alakonopko.com



JOGA I MEDITACJE, CIEKAWE MIEJSCE!

Od 3 września, cyklicznie co 2 tygodnie,
godz. 20.00, Warszawa

MEDITACJE PROWADZONE Z PRAKTYKĄ ODDECHU

Niezwykła podróż we własne wnętrze, odnowa i relaks. Harmonizacja czakr otwiera organizm na vitalność, a kąpiele w rytmie wysokich wibracji z dźwiękiem misy tybetańskiej uwalniają umysł od stresu i blokad. Praktyka oddechu, czterema torami oddechowymi, aktywizuje przeponę i regeneruje komórki.

Uruchoom program samouzdrawiania i potęgi miłości. Pierwsza sesja po wakacjach **MEDITACJA CZAKRY SERCA Z CEREMONIĄ KAKAO.**

Prowadzący: **Laura Weronika Dival** - terapeuta i life coach. **Informacje i zgłoszenia:** Instytut Zdrowia i Urody Holispace, tel. 797 481 006, repcja@holispace.com, www.holispace.com



CHCESZ OGŁOSIĆ SWOJE WARSZTATY, KURSY, WYJAZDY
ZWIĄZANE Z ROZWOJEM OSOBISTYM?

SKONTAKTUJ SIĘ Z NAMI:

Krzysztof Boczek

tel. 506 061 821, k.boczek@grupazwierciadlo.pl

DLA WSZYSTKICH

28-29 września 2021 roku

„FASCYNUJĄCE UMYSŁY - NIEZWYKŁE SPOTKANIA Z OSOBAMI ZE SPEKTRUM AUTYZMU” - KONFERENCJA SZKOLENIOWA, ORGANIZOWANA W FORMULE ONLINE PRZEZ FUNDACJĘ SYNAPSIS

Do udziału w konferencji zapraszamy specjalistów i profesjonalistów pracujących z osobami z autyzmem, ale także same osoby w spektrum autyzmu, ich partnerów, rodziców, opiekunów i wszystkich zainteresowanych tą tematyką.

Gościem specjalnym będzie **dr Temple Grandin** – prof. Colorado State University, osoba w spektrum autyzmu, niestrudzona samorzeczniczka i popularyzatorka wiedzy o spektrum. W swoich bestsellerach opowiada o trudnościach związanych z autyzmem oraz radzi, jak im sprostać. O wielkiej popularności Temple Grandin świadczy fakt, że magazyn „Time” umieścił ją na liście 100 najbardziej wpływowych ludzi 2010 roku, a film o jej życiu otrzymał 7 nagród Emmy.

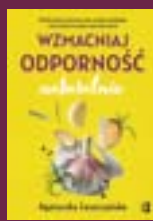
Podczas konferencji będzie można także wysłuchać wystąpienia **dr. Barry’ego Prizanta** – naukowca, badacza, jednego z czołowych światowych autorytetów w dziedzinie autyzmu, oraz prof. **Ewy Pisuli** z Wydziału Psychologii Uniwersytetu Warszawskiego, która podejmie temat kobiet w spektrum autyzmu (od diagnozy do dojrzałej tożsamości).

Wyjątkowy punkt konferencji stanowić będzie panel samorzeczników pt. „Własnym głosem”, w ramach którego osoby w spektrum autyzmu opowiedzą o swoich doświadczeniach, sukcesach i codziennych wyzwaniach.

Udział w konferencji należy zgłaszać za pośrednictwem strony internetowej <https://synapsis.org.pl/konferencja/>
Kontakt: konferencja@synapsis.org.pl



Zmieniamy świat
dla osób z autyzmem



*Co i jak mogę zrobić, żeby
wzmocnić swoją odporność?*

Odpowiedź znajdziesz w tej książce

Premiera 24 marca!

WydawnictwoKobiece.pl

Nie rezygnuj z wyzwań

TEŚKNIMY ZA ATMOSFERĄ W PRACY, ALE NIE CHCE SIĘ JUŻ NAM DO NIEJ
DOJEŹDZAĆ. BO NASZ MÓZG WYBIERA TO, CO ŁATWE, NIE TO, CO DOBRE.
NIGDY JEDNAK NIE JEST ZA PÓŹNO, BY POWRÓCIĆ NA ŚCIEŻKĘ ROZWOJU
- MÓWI **DR EWA HARTMAN**



DR EWA HARTMAN certyfikowany trener między innymi metody HeartMath, wykładowca MBA, kierownik studiów podyplomowych Neuro-przywództwo na Uczelni Łazarskiego w Warszawie, doktor prawa uniwersytetu w Bournemouth w Wielkiej Brytanii. Fascynuje się mózgiem. Więcej: www.EwaHartman.com

Jak pandemia zmieniła nasze podejście do rozwoju osobistego?

Jedni cały czas inwestowały w swój rozwój – czerpiąc benefity z dostępu online do międzynarodowych szkoleń. Oni są aktywni cały czas, dzielą się nową wiedzą. Drudzy wycofali się. Nie orientują się w trendach rozwojowych, nie interesują się nimi, mówią, że może wróć kiedyś na ścieżkę rozwoju.

Można powiedzieć, że się uwstecznił?

W dużym uproszczeniu – tak. Pandemia usadziła nas w domach i zabrała to, do czego byliśmy przyzwyczajeni. Teśknimy za atmosferą w pracy i ludźmi, ale już nie chce się nam ubierać i dojeżdżać. To atawizm – nasz mózg idzie po to, co łatwe, a nie po to, co dobre. Rezygnujemy z kontaktów międzyludzkich, wyzwań w pracy, bo się nam już nie chce.

I co z tym zrobić?

Najpierw trzeba sobie zadać pytanie, czy jest nam z tym dobrze. Bo nie warto robić niczego na siłę. Ale jeśli czujemy, że się nie spełniamy, że coś nas mija, zawsze możemy wrócić do dobrej praktyki inwestowania w siebie.

Jak?

Jest wiele możliwości. Obecnie dzięki szkoleniom online możemy się uczyć od najlepszych, i to na każdy temat. Wbrew pozorom, te otwarte szkolenia wale nie są drogie.

Na szczęście wiele firm również chce widzieć u swoich pracowników zaangażowanie, elastyczność, poszukiwanie nowych rozwiązań. I one właśnie prowadzą szerokie programy rozwojowe. Chcą budzić w ludziach ciekawość na temat własnych kompetencji oraz cech charakteru. Nie chodzi tu wcale o umiejętność wykonywania pracy – znajomość programów, aplikacji. Chodzi o to, czy mój mózg będzie gotowy do tego, by ciągle się uczyć i dostosowywać do nowych zadań. Bo w naszych czasach *life long learning* to temat absolutnie kluczowy. Dziś kiedy stoisz w miejscu, to tak naprawdę się cofasz. Ktoś powiedział: „Świat należy do tych, którzy się uczą. Bo ci, którzy się nauczyli, są świetnie przygotowani do świata, którego już... nie ma”.

Inwestycja w rozwój osobisty wspiera firmę biznesowo?

Niedawno na konferencji dla działów HR robiłam ćwiczenie – poprosiłam, by uczestnicy wypisali umiejętności,

jakie cenią u pracowników. Wymienili: inteligencję emocjonalną, budowanie relacji, odpowiedzialność, planowanie, szukanie rozwiązań, myślenie strategiczne, elastyczność...

Czyli to wszystko, co możemy rozwijać podczas warsztatów i szkoleń...

Właśnie. Drugie zadanie – poprosiłam ich, by spojrzeli na te umiejętności i znaleźli jedną, która pozwala je osiągnąć. Większość wybrała: zdolność uczenia się.

Uczymy się tylko wtedy, gdy jesteśmy ciekawi siebie, świata. Uczymy się tylko wtedy, gdy się rozwijamy. Rozwój osobisty to dźwignia, która pozwala nam wejść wyżej w umiejętnościach zawodowych. Rozumując siebie, osiągamy lepsze wyniki we wszystkich obszarach życia.

Jak bardzo szerokie winny być te programy?

Roczne, półroczne.

Kto tak inwestuje w swoich pracowników?

Na przykład HP, Hewlett-Packard Enterprise, Veolia, Avon, PZU. Podczas takich szkoleń rozmawiamy o intuicji, ograniczających przekonaniach, stresie, o mózgu, zdrowym żywieniu, śnie... – rzeczach teoretycznie niezwiązanych z firmą. Ale to przekłada się na efektywność pracownika. Od uczestników słyszę: „wreszcie firma myśli o mnie”. Za tym idzie również większa lojalność wobec pracodawcy.

5