

WYJAZDY Z ROZWOJEM, JOGA I MEDITACJE

8 - 12 czerwca, Dojo Stara Wieś

**HAPPY LIFE Z KASIA BEM! ZMIEŃ
SWOJE ŻYCIE TERAZ. PROGRAM
NA PODSTAWIE KSIĄŻKI „HAPPY LIFE.
SZTUKA ODPUSZCZANIA”**

Program Happy Life jest propozycją dla osób, które potrzebują głębokiego resetu i zainteresowane są rozwojem w ujęciu holistycznym, z naciskiem na pracę z umysłem. Nie zabraknie też zróżnicowanej jogi, pracy z oddechem i relaksu. Będą również warsztaty towarzyszące pogłębiające uważność i skupienie tu i teraz.

W programie: zróżnicowane sesje medytacji, jogi, oddechu, relaksu, wykłady. Dodatkowo warsztaty vedic art, kąpiel w dźwięku, theta healing, quantum healing, japońska ceremonia herbaty.

Główna prowadząca: Kasia Bem, nauczycielka jogi i medytacji (II stopnia, tytuł Mistrzyni Jogi) autorka bestsellerów: „Happy Life”, „Happy Detoks”, „Happy Uroda” i serii DVD „Happy Joga”

Informacje i zapisy:

happy@kasiabem.com,

tel. 601 290 105,

www.kasiabem.com

Cena za całość: 1650 zł



WYJAZDY Z ROZWOJEM

29 kwietnia - 3 maja 2022; 5 dni nad morzem

**S.O.S NA STRES Z MAKRAMĄ - SPOKÓJ
I HARMONIA WYPLATANE SZNURKIEM**

Wyplatanie makramy pozwala uspokoić emocje, kształtować umiejętności radzenia sobie ze stresem, a harmonia splotów przypomina, jak czerpać z osobistego miejsca mocy. Życie od zawsze pisało ludziom przeróżne scenariusze. Z perspektywy lat okazywało się, że człowiek, nawet w dość skomplikowanych sytuacjach, wypracowywał skuteczne sposoby radzenia sobie ze stresem. Dzięki temu odzyskiwał wiarę we własne siły i potrafił przetrwać, czasami w ekstremalnych warunkach. Zajęcia mają na celu odnalezienie w sobie pierwotnego potencjału twórczego i zagubionej przez stres naturalnej radości bycia.

Miejsce: Ośrodek Wspierania Rozwoju Osobistego, Gąsiki, ul. Piaskowa 5, www.willamakarena.pl

Prowadzący: Ewa Żukowska, terapeuta, twórcza programów redukcji stresu.

Jolanta Surma,
mistrzyni tkactwa
artystycznego.

Informacje i zgłoszenia: Ewa Żukowska,
tel./SMS 603 126 196,
e-mail: kontakt@ewa-zukowska.pl,
www.ewazukowska.pl



reklama



**Schorwany Kacper potrzebuje
Twojej pomocy!**

Kacper wpatruje się w obiektyw i kręci oślimi uszami jak tylko umie. Nawet nie wie, że to jedno spojrzenie zaważy dziś o jego życiu. Lub śmierci. Bo takie decyzje zapadają w jednej sekundzie. Tak twierdzi każdy psycholog. To czy mu dziś pomożesz i go ocalisz, to sekundy.

Kacper trafił do skupu gdzieś ze wschodu. Handlarz mówi, że z Litwy. Ale dokumentów nie chce pokazać. Kowala osiołek nie widział zapewne nigdy. Był pewnie jednym z tych uszatyk, które po prostu stały uwiązane sznurem w ciasnej komórce. Zapewne nigdy nie widział swoimi oślimi ślepiami ani

promieni słońca, ani nie biegł po trawiastych łąkach. To nie dla niego to wszystko ten świat stworzył.

Gdziekolwiek spędził lata swego życia, nie było tak kolorowo i nikt tam jego praw nie uznawał. Płynął mu czas, upłynęło życie. W końcu handlarz gdzieś na tej drodze życia się z nim spotkał. I postanowił zabrać go ze sobą w ostatnią podróż. Ku końcowi. Bo tam gdzie pojedą za chwilę osłe uszy Kacperka - czeka już na niego tylko „koniec”.

Patrzmy na osłe, przerośnięte kopytka, które nigdy go już nigdzie nie zaniosą. Nawet gdyby jakimś cudem urwał się ze sznura, i tak nigdzie nie pobiegnie, bo ledwo stoi na nogach wykrzywionych w cztery strony świata. Macha tymi swoimi oślimi uszami i patrzy to na nas, to w ziemię. Bo Kacper nie może nic. Nawet błagać Cię głośno o życie. Może tylko wpatrywać się w obiektyw.

Bądź głosem Kacpra. Spraw, że jego uszy będą starczyły ku niebu jeszcze wiele lat. Zabierz go z nami spod bramy rzeźni.

Musimy zebrać 5200 zł do 21 kwietnia. Pomożesz go ocalić? Liczy się każdy gest i każda, najmniejsza pomoc. Bo Kacperkowy zegar tyka coraz głośniejsze.

Jeśli chcesz i możesz pomóc, prosimy dokonać darowizny z tytułem KACPER na konto **15 1020 5226 0000 6002 0220 0350**.

Możesz też pomóc wysyłając SMS o treści KACPER na numer 7412 (koszt SMS 4,92 zł z VAT), 7910 (koszt SMS 11,07 zł z VAT) lub 91950 (koszt SMS 23,37 zł z VAT) i kupić tapetę.

Fundacja Centaurus
ul. Wałbrzyska 6-8, 52-314 Wrocław
tel. 518 569 487, tel. 518 569 488
www.centaurus.org.pl

Akcja prowadzona w ramach
Kampanii Kochaj Mądrze Regulamin <http://centaurus.org.pl/rkkm>



DLA RODZICÓW

LATO 2022, Polska

**CENTRUM COUNSELLINGU GESTALT
ZAPRASZA NA WAKACJE W DUCHU GESTALT**

Gestaltowskie obozy dla dzieci i młodzieży w przyjaznym środowisku - doświadczona kadra, rówieśnicy, rozwój, przyroda, przygoda.

- **Mój Pierwszy Obóz dla dzieci w wieku 7-11 lat:** 24-30 lipca, Camp Ryczywól.
- **Obóz dla dzieci w wieku 7-11 lat:** 26 czerwca - 9 lipca, Domaniewice.
- **Obozy dla młodzieży w wieku 12-18 lat:** 17-30 lipca, 31 lipca - 13 sierpnia, Domaniewice.
- **Obóz warsztatowy MŁODZI DOROŚLI - wyjazdy dla osób w wieku 18-22 lata,** wypoczynek i rozwój osobisty, 31 lipca - 6 sierpnia.

Od 27 lat organizujemy gestaltowskie obozy wspierające rozwój dzieci i młodzieży. Nasza wykwalifikowana kadra to doświadczeni wychowawcy i trenerzy rozwoju osobistego. Więcej informacji na naszej stronie: www.obozy.haller.krakow.pl oraz pod nr. tel.: 660 085 500 i e-mailowo: gestalt@haller.krakow.pl

TRWAJĄ ZAPISY!

Roczny Kurs Umiejętności Interpersonalnych i Podstaw Pomagania - 32. edycja

(I etap Szkoły Counsellingu Gestalt). Kurs obejmuje 220 godzin szkoleniowych. Rozpoczęcie: 26-29.05.2022. Więcej informacji na stronie: www.gestalt.haller.krakow.pl



DLA KOBIEC

27-29 maja, Lanckorona

PODNOŚIMY WIBRACJE

Przyszł taki czas, że bardziej niż kiedykolwiek musimy zadbać o poziom swojej energii.

Zapraszam cię na wyjątkowe spotkanie w anielskim miejscu. Czym się zajmiemy tym razem? Podnoszeniem swoich wibracji, i zrobimy to na różne sposoby: ruchem, kontaktem z naturą, tworzeniem („stworzymy” swojego anioła), pysznym jedzeniem, kontaktem ze sobą i z innymi - rozmowy, bliskość, zrozumienie, wspólnota dusz. Popracujemy nad lękiem, nad utrzymaniem dobrej energii i nad szeroko rozumianym Dobrostanem.

Prowadząca: Ewa Brzoza, trener mentalny, coach, doradca życiowy.
Cena: 450 zł + pobyt. Informacje i zgłoszenia: Ewa Brzoza Szkolenia Coaching, tel. 603 375 777, e-mail: ewabrzoza@gmail.com



**POLSKI INSTYTUT
ERICKSONOWSKI**

SZKOLENIA Z PSYCHOTERAPII

www.p-i-e.pl

Znajdujemy indywidualne rozwiązania...

DLA WSZYSTKICH

maj - Gdynia, czerwiec - Warszawa, lipiec - Wrocław

**HELLINGEROWSKA SZKOŁA USTAWIEŃ
NAJBLIŻSZE MODUŁY SZKOLENIOWE**

- **Konflikt i miłość. Rozwiązywanie konfliktów w rodzinie/ w pracy/ w firmie/ w związkach** - pojednanie i pokój ponad granicami. 5-9.05 - Gdynia
 - **Pomoc rodzicom i ich dzieciom. Praca indywidualna.** 9-13.06 - Warszawa
 - **Miłość, choroba i uzdrowienie.** 14-18.07 - Wrocław
- W Polsce i Europie szkolimy od ponad 15 lat! Oferujemy ośmiomodułowy cykl hellingerowskich ustawień zakończony certyfikatem. Z nami:
- poznasz ustawienia i nauczysz się je stosować;
 - uporządkujesz swoje relacje i być może obierzesz nowy kierunek;
 - 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 pochodzących wprost od Hellingerów.
- Więcej informacji na www.szkoлаustawien.pl - SZKOŁA

W czasie każdego szkolenia zapraszamy również na ustawienia własne w ramach warsztatów ustawieniowych. Więcej: www.szkoлаustawien.pl - Warsztaty

Prowadzący: Gerhard Walper, jeden z najbliższych współpracowników Berta Hellingera, były wykładowca Hellinger Scienza® / Hellinger Schule.

Informacje: Renata Pérez,

tel. 603 509 501,

e-mail: biuro@szkoлаustawien.pl

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



GERHARD WALPER

DLA WSZYSTKICH

1-7.08.2022, Kozia Góra, Kaszuby

SERPIENTE SUMMER CAMP: OBÓZ ROZWOJOWO-REKREACYJNY DLA DOROSŁYCH

Chcesz przeżyć coś nowego, oryginalnego, ale nie przejmować się organizacją wszystkiego? Zapraszamy Cię na **pierwszy w Polsce rozwojowy obóz dla dorosłych: SERPIENTE SUMMER CAMP!** Z dala od wielkomiejskiego zgiełku, w ciszy i spokoju, zgłębisz tajniki różnorodnych rodzajów pracy z ciałem, umysłem, medytacją, jogą, tantrą, tańcem spontanicznym, a także po prostu pozwolisz sobie na ruch, zabawę, luz i reset, o jakim z pewnością marzy twoje ciało po całym roku pracy!

CAMP to: • warsztaty • sport • wycieczki • aktywny wypoczynek • taniec • medytacje • masaże • ogniska i wieczorne Rytuały • pyszne wegetariańskie posiłki • Przed wszystkim LUDZIE.

Informacje i zapisy:

www.milabo.pl, e-mail:

milabo.mind@gmail.com.

Dołącz do wydarzenia na Facebooku!



DLA WSZYSTKICH

Kursy stopnia Podstawowego metody Theta Healing®

6-8 maja, 10-12 czerwca 2022 r.

**KURSY THETA HEALING®
- ŚWIADOME STWORZENIE ZMIANY
W SWOIM ŻYCIU!**

Za pomocą medytacji w stanie theta możesz: rozpoznać i usunąć podświadome schematy (programy), obudzić naturalne moce samouzdrawiania, zredukować stres codziennego dnia.

Dodatkowo z pomocą metody Theta Healing® możesz rozwinąć zmysły parapsychoiczne, tworzyć dobrostan w swoim życiu oraz odczytywać przyszłość czy poprzednie wcielenia.

Masz również okazję na poznanie niesamowitych osób zainteresowanych pozytywnymi zmianami na świecie.

Masz w sobie moc, by stworzyć zmianę!

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



reklama

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

**SKONTAKTUJ SIĘ Z NAMI:
Krzysztof Boczek**

tel. 506 061 821,

k.boczek@grupazwierciadlo.pl

Butik książkowy

CZY TA KSIĄŻKA POTRAFI CI POMÓC?

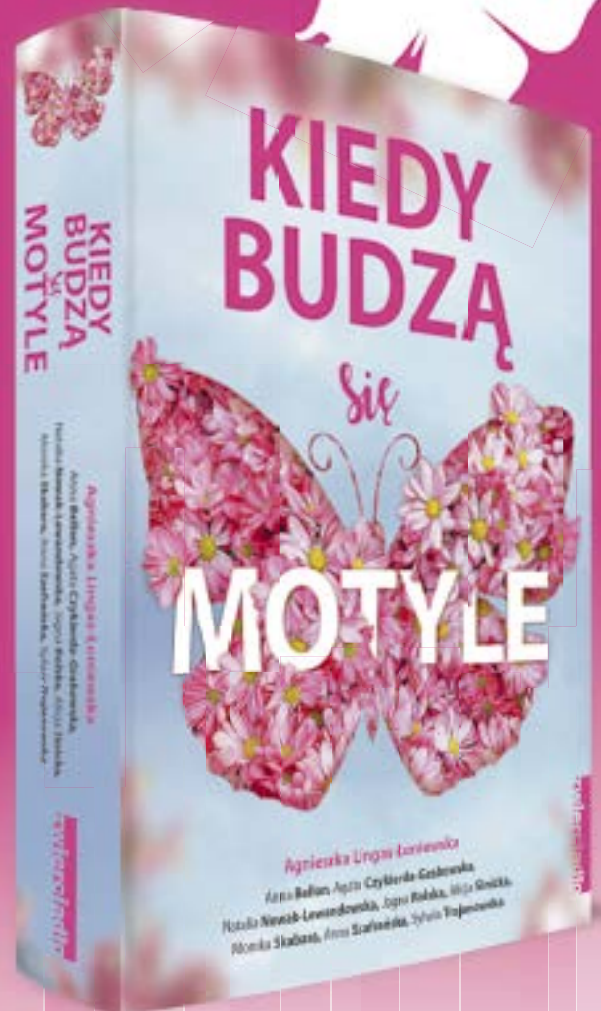
Owszem, bo jest jednocześnie dziennikiem warsztatowym. Chcesz pokonać prokrastynację, uporać się z przeszkodami wstrzymującymi twój rozwój i w pełni wykorzystać swój potencjał?



Jeśli nadeszła ta chwila, gdy mocniej niż kiedykolwiek musisz się skupić na tym, co jest w życiu najważniejsze, otwórz tę książkę i zacznij ją czytać oraz wprowadzać zaproponowane ćwiczenia w życie.

**SKUP SIĘ, KEITH ABRAHAM,
WYD. STUDIO EMKA, 2022.**

ZDJĘCIA: MATERIAŁY PRASOWE.



**HISTORIE PEŁNE WZRUSZEŃ,
CZUŁOŚCI I MIŁOŚCI**

sklep.zwierciadlo.pl

IG: [wydawnictwo_zwierciadlo](https://www.instagram.com/wydawnictwo_zwierciadlo)