

Fragilní X o.s.



Vám nabízí vzdělávací a zážitkovou akci:

Čas pro sebe

Dopolední setkání je věnováno všem, kteří jsou v roli pečovatele a potřebují, či chtějí načerpat sílu také pro sebe. Rodiče zdravých i postižených dětí, pečující o někoho blízkého nebo pomáhající profese. Víme, jak složité je pro Vás mnohdy najít si chvíli času na relaxaci a obnovení duševních sil.

Cíle setkání:

- příjemné odpočívání v bezpečné a klidné atmosféře
- „ochutnávka“ nových možností odpočinku a zacházení s energií
- seznámení se s barevnou terapií Aura-soma (praktické ukázky práce s barvami)
- zvládnutí svých vnitřních a životních rolí
- péče o své tělo v zátěžové situaci (relaxace, harmonizace...)

Kdy: 1.3. 2012 9-12 hod

Kde: Beránek – vzdělávací a terapeutické centrum, Jeremenkova 1018, Praha 4

Cena: 320,- Kč (členové Fragilní X o.s. sleva: 50,-)

Lektor: Beránková Jaroslava

Lektor: Jaroslava Beránková-terapeutka metody individuální a skupinové terapie, konzultantka Aura-soma, výcvik krizové intervence, Psychosociální výcvik – podpora týmové práce a prevence syndromu vyhoření, kurz v rodinné terapii, kurz pracovníka v sociálních službách, absolventka Výcvikové školy Sofie - barevná terapie Aura-Soma, psychohygienu, práce se skupinou, relaxační techniky.

Přihlášky prosím předem na tel.605218072 nebo e-mail:berankovaj@seznam.cz