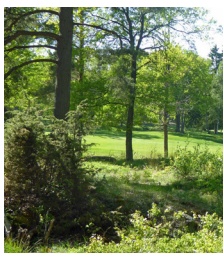


Vi ser fram emot att möta dig.
Varmt välkommen!



Ingrid Thorngren

Symbolpedagog,
Frigörande Dans pedagog,
Samtalsterapeut och
Coach i Psykosyntes
ingrid@lotusutveckling.se
Telefon: 0709 - 755 900
www.lotusutveckling.se

Karin Axzell Nymark

Konsult, Symbolpedagog
och Coach i Psykosyntes
karin@konkax.se
Telefon: 0708 - 35 39 24
www.konkax.se



Symbolföreningen
terapi och pedagogik



Psykosyntes
förbundet

Fakta

Datum: Torsdag 29 juni kl 17.00 till
söndag 2 juli kl 15.00, 2017

Plats: Ågesta Folkhögskola, är vackert belägen vid sjön Magelungen och Ågesta friluftsområde, i Farsta utanför Stockholm. Det är en liten oas i naturnära och fin miljö. Vi har tillgång till egen ateljé, för målning och kreativt skapande, dans och rörelse. Vi kommer njuta av lugnet, vattnet och naturen omkring oss.

Resa: Pendeltåg eller tunnelbana

till Farsta Strand. Buss 833 från Farsta Strand till Ågesta Friluftsgård. Det finns även parkeringar för dig som åker med egen bil.

Boende: Vi bor i enklare dubbel- eller enkelrum, med egen dusch och wc på rummet.

Kost: Helpension, inkl alla måltider.

Ordinarie pris: 5.700 kr dubbelrum, 6.200 kr enkelrum. Inkl kurs, material, boende och helpension.

Boka tidigt pris, före 29 maj: 500 kr rabatt och betala endast 5.200 kr för dubbelrum inkl allt.

Anmälan: till Ingrid Thorngren på ingrid@lotusutveckling.se, uppge ditt namn, adress och mobilnummer.

Bekräftelse: När anmälan inkommit skickas en bekräftelse, med mer information och uppgifter om betalning. Anmälan är bindande, men kan överlåtas till annan person.

Begränsat antal platser, först till kvarn gäller för din anmälan.

GRAFISK FORM: WWW.FINGERFORMAT.SE

Sommaren 2017 Kreativ helgkurs

på internat



Torsdag 29/6 – Söndag 2/7

För dig som är kvinna och längtar efter egen tid!
Här får du några dagar för dig själv,
där du får tid att stanna upp, reflektera och
vara kreativ helt utan prestation.
Fyll på det du behöver för att få ihop livspusslet.

Balans i dig själv
och ditt liv!

Ett minne för livet

Tycker du att livet springer på för fort i ekorrhjulet?
Har du tappat bort dig själv i allt som "måste" göras?



Tema: Balans i dig själv och ditt liv!

För att skapa balans i oss själva och vårt liv är det viktigt att vi har kontakt med både vår kropp & själ, våra tankar & känslor. Under denna kurs fokuserar vi på att få kontakt med alla fyra delar och känna in vad just du behöver, för att skapa en bra balans i dig själv och ditt liv.

Syftet är att ge dig tid för reflektion, ett tillfälle att rikta din uppmärksamhet på de fyra delarna; kropp & själ, tankar & känslor, för att hitta din egen **balans** i livet.

Målet är att du får identifiera vad du behöver i ditt liv just nu, **bli mer medveten** och att du får nya verktyg som du har direkt nytta av på "hemmaplan".



Så här säger nöjda deltagare från tidigare sommarkurser:

Ni hjälpte mig att hitta min väg, vad jag ska gå vidare med. För dig som vill hitta riktningen i tillvaron. Tack för härliga, stärkande, insiktsfulla dagar!
Ingela

Skönt att som deltagare verkligen få vara i nuet och det kreativa flödet. Att det är fokus på egna reflektioner och inte analyserande av andra. Att ni som ledare så fint balanserar ledarskapet, det ultimata konceptet!
Ann

Jag uppskattade mycket att vi målade mycket utan krav och prövade många olika kreativa aktiviteter. Dansen var underbar. Kursen är verkligen

ett smörgåsbord av kreativitet i bästa sommartid. Ni höll en mycket hög professionell nivå på ett personligt och laid-back sätt när så var möjligt och ett mer lugnt seriöst sätt när så krävdes. Det är skönt att skapa och röra sig utan krav. *Pia*

Rekommenderar kursen för att det var kul, spännande och givande. Det var verkligen roligt och det är inte varje dag!!!
Ewa

Kursen är en fantastisk upplevelse, glädje, värme, kärlek både för kropp, knopp och själ samt ett eget växande utifrån var jag befinner mig just nu! En kurs alla skulle må bra av att få möjligheten att delta i! Boosta min självkärlek och att fortsätta följa mitt hjärta!

TACK FÖR EN OFÖRGLÖMLIG HELG!
Inger



Hur: Koppla av och skapa! Kom till en naturskön plats för att under en skön långhelg ägna dig helt åt dig själv tillsammans med andra. Vi guidar dig i rörelse genom dans och i stillhet via meditation till eftertanke. Du får helt utan krav tillfälle att uttrycka dig kreativt genom att måla och skapa i lera. Tillsammans i värdefulla samtal finner du lösningar och möjligheter.

Metod: Vi tillhandahåller metoder och övningar med vår gemensamma utgångspunkt i Psykosyntesen som grund för personlig utveckling.

Tillsammans med den kreativa Symbolpedagogiken och den sköna Frigörande dansen inspirerar vi till nya insikter och större medvetenhet och ger dig ett tillfälle att njuta, få energi och till att skapa återhämtning, för att efter kursen återgå till vardagen och få ihop livspusslet med en bättre balans i dig själv och i ditt liv.