



**Magiczny
Kraków**

Moja Droga Do Siebie - warsztaty arteterapeutyczne dla kobiet

2024-10-28

"Moja droga do siebie" to warsztaty stworzone z myślą o kobietach, które chcą połączyć się z własnym wnętrzem, odkryć swoją kreatywność i zbudować głębszą relację z samą sobą. W imieniu Organizatorów serdecznie zachęcamy do zapoznania się ze szczegółowymi informacjami na temat wydarzenia poniżej.

Czym jest arteterapia? To niezwykła metoda rozwoju osobistego, która łączy kreatywność z głęboką pracą nad sobą. Dzięki sztuce – malowaniu, rysowaniu, kolażom – możemy dotrzeć do naszych wewnętrznych obrazów, uczuć i przekonań, które czasami trudno wyrazić słowami. Arteterapia pozwala otworzyć się na to, co ukryte w nas samych, budując lepsze zrozumienie siebie, swoich potrzeb i emocji.

Kiedy? 7.11 i 21.11., godz. 16:30 - 18:30.

Gdzie? Centrum Obywatelskie Centrum C 10, Os. Centrum C 10, Kraków.

Dla kogo? Kobiety w wieku 25-45 lat.

Zapisy mailowe: sztukaotwierania@gmail.com

Udział w warsztatach jest bezpłatny.

Podczas naszych warsztatów "Moja droga do siebie" skupimy się na ćwiczeniach, które pogłębiają samoświadomość i pomagają odkrywać wewnętrzne zasoby. To przestrzeń do bezpiecznego wyrażania siebie, refleksji i rozwoju, bez potrzeby posiadania wcześniejszych umiejętności artystycznych. Na zajęciach nie oceniamy żadnych prac – liczy się proces twórczy i to, co z niego wynika dla Ciebie.

Wydarzenie to cykl dwóch spotkań. Zapis wyraża chęć uczestnictwa w obu warsztatach.

Czy pragniesz lepiej poznać siebie, otworzyć się na swoje emocje i odnaleźć wewnętrzną równowagę? Dołącz do nas i odkryj, jak sztuka może być potężnym narzędziem zmiany.

Ilość miejsc ograniczona!