



Zachodniopomorski Klub Trenerów  
Zarządzania MATRIK

grudzień, 2017

## Stowarzyszenie Konsultantów i Trenerów Zarządzania MATRIK

ZAPRASZAMY SERDECZNIE NA WARSZTATY ZACHODNIOPOMORSKIEGO KLUBU  
TRENERÓW ZARZĄDZANIA MATRIK

<b>Miejsce</b>	<b>Sala szkoleniowa w biurowcu Lastadia Office nad Odrą, Business Link Szczecin, ul. Zbożowa 4A, IIp. 70-653 Szczecin</b>
<b>Termin</b>	<b>14.12.2017</b> (czwartek) godzina 17.30-20.30 17.00-17.30 - Przybycie uczestników, integracja przy filiżance kawy 17.30-20.30 - Warsztaty „ <b>ARTETERAPIA i jej zastosowanie w obszarze samorozwoju</b> ”
<b>Inwestycja</b>	<b>30 zł.</b> (pokrycie kosztów organizacji warsztatów) Członkowie Stowarzyszenia MATRIK <b>wstęp bezpłatny.</b>

**Temat spotkania: ARTETERAPIA i jej zastosowanie w obszarze samorozwoju.  
Kreatywne wkroczenie w Nowy Rok.**

### Cele warsztatów:

- zapoznanie z różnymi metodami z zakresu arteterapii do późniejszego wykorzystania w swojej z grupą
- arteterapia jako metoda na odreagowanie napięć, stresu
- stworzenie Mapy marzeń/celów na 2018 rok
- naładowanie „akumulatorów” do pracy ze swoimi klientami,
- **dla chętnych:** dostarczanie wspaniałych przeżyć, relaksu i dobrych doświadczeń podczas tańca i ruchu przy muzyce.

### Opis warsztatów:

**Arteterapia** – jest to rodzaj pracy podczas której wykorzystywane są różne środki artystyczne ułatwiające klientowi wyeksponowanie emocji. Elementy arteterapii wspomagają proces rozwojowy każdego kto jest otwarty na nowe doświadczenia. Wykorzystuje się tutaj zarówno formy plastyczne (rysunek, malarstwo, rzeźbę) jak i film, teatr, książki z dużym wkładem muzyki i tańca.

Podczas spotkania uczestnicy będą mogli zapoznać się z dwoma metodami arteterapeutycznymi: stworzą metodą kolażu mapę Marzeń/celów przygotowując się do wkroczenia w Nowy rok. Chętni będą mieli okazję za pomocą tańca spontanicznego zrelaksować ciało i umysł. Korzystając z możliwości naszych Ciał i w świadomym kontakcie z nimi będziemy wspólnie szukać inspiracji w ruchu,

w bezruchu, w oddechu, w biciu serca. Bezpieczne warunki pozwolą nam na rozwój osobisty i otwarte spotkanie z sobą bez wcześniejszego doświadczenia w tańcu.

### Korzyści dla uczestników, zajęcia pozwolą:

- stworzyć plastycznie metodą kolażu mapę swoich celów na 2018 rok;
- pozbyć się napięć w ciele spowodowanych stresem;
- naładować akumulatory;
- wzmocnić siły witalne i radość życia;
- zwiększyć swobodę i niezależność w wyrażaniu siebie i własnych emocji;
- poznać metody pracy arteterapeutycznej do wykorzystania w pracy z grupą.



### TRENER PROWADZĄCY

**Katarzyna Pakalnicka-Prychitko** - coach, arteterapeutka, masażystka. W swej pracy zainspirowana min praktyką 5Rytmów, improwizacją w kontakcie, tańcami w kręgu i ruchem autentycznym z w niezmienną miłością do masażu i fascynacją do tańca socjalnego. Właścicielka Studia Relaksacji Masażem i tańcem KiaOra.

### Zgłoszenie i rejestracja:

Rejestracja odbywa się w formie elektronicznej:

<https://competit.pl/w/1610/>

wystarczy wybrać opcje zgłoś się i dokonać przelewu, który jest jednocześnie potwierdzeniem udziału w spotkaniu.

### Zapraszamy serdecznie

**KAROLINA ZBLEWSKA** – *Koordynator Zachodniopomorskiego Klubu Trenerów MATRIK*

**MAGDALENA KOWALSKA** - *Współkoordynator*

Pomyśl, kto jeszcze może być zainteresowany udziałem w tym spotkaniu.

Prześlij tym osobom to zaproszenie ;)

Idea spotkań regionalnych klubów: [www.matrik.pl/nowy/o-ideii-klubow](http://www.matrik.pl/nowy/o-ideii-klubow) Zachodniopomorski K TZ

MATRIK: <http://www.matrik.pl/zachodniopomorski-klub-trenera/spotkania.html> Kontakt z Biurem

Stowarzyszenia: [www.matrik.pl/kontakt](http://www.matrik.pl/kontakt)