

SUPER, ŻE JESTEM KOBIETĄ ☺



Zapraszamy na cykl wykładów dotyczących różnych aspektów kobiecości. Będziemy mówić o zdrowiu, urodzie, o własnym rozwoju, pasjach, pracy i dzieciach. Chcemy temat KOBIECOŚCI przedstawić wieloaspektowo, zwracając uwagę zarówno na możliwości i radości płynące z bycia kobietą, jak i na trudne aspekty.

Każde spotkanie jest niezależną całością – można skorzystać z całego cyklu lub wybierać pojedyncze spotkania.

Spotkania będą się odbywały raz w miesiącu na **Ściance Wspinaczkowej TRANGO (Bielsko-Biała ul. Karpacka 24)**. Na spotkania można przyjść z dziećmi (dzieci będą pod opieką instruktorów – koszt 1 godziny opieki na dzieckiem to 5 złotych).

Cena jednego spotkania – 30 złotych

Pierwsze spotkanie już **01.10.2013 w godzinach od 18.00 do 20.30**

PROGRAM SPOTKAŃ:

I – SPOTKANIE CZERWONE (01.10.2013 w godz. 18.00 do 20.30)



- Wzorzec kobiecości z jego plusami i minusami, na przestrzeni wieków i w dniu dzisiejszym
- Co Cię osobiście cieszy w fakcie bycia kobietą, a co drażni, irytuje, napęnia lękiem
- Psychosomatyka na co dzień – co Cię boli i o czym mówi Twój ból (np. dlaczego pojawiają się hemoroidy? Kiedy muszę zacząć dbać o swoje kości?)
- Jak budować swoją siłę (dlaczego dziewczyny na maturze noszą czerwone majtki, a panny młode niebieski podwiązki?)
- W jaki sposób wzorce rodzinne (pokoleniowe) są zakotwiczone w ciele. I jak się to łączy z rwą kulszową i chorobami autoimmunologicznymi?

II – SPOTKANIE POMARAŃCZOWE (05.11.2013 w godz. 18.00 do 20.30)



- Radość, kreatywność, przyjemność, kasa – i to wszystko ma jedno wspólne źródło?
- Proste sposoby aktywowania tych stanów
- Zburzenia w prawidłowym, fizjologicznym funkcjonowaniu „kobiecości” i ich psychologiczne znaczenie (mięśniaki, rak macicy, problemy z ciążą)
- Jak lęk przed utratą pewności finansowej lub emocjonalnym odrzuceniem wpływa na Twoje zdrowie?
- Po co Ci śmiech i zabawa?

III – SPOTKANIE ŻÓLTE (03.12.2013 w godz. 18.00 do 20.30)



- Czy jesteś dumna z poczucia własnej wartości i siły, czy się ich wstydzisz
- Czego nie możesz strawić (w sobie, w innych, w życiu), a co Ci leży na wątrobie...
- Jak możesz zbudować swoją wewnętrzną siłę i zaufanie do siebie (ale nie zarozumialstwo i egoizm)
- Po co Ci rywalizacja i lęk przed konkurencją (np. młodszych lub „piękniejszych” kobiet)
- Jak rozświetlić swoje wewnętrzne słońce

IV – SPOTKANIE ZIELONE:



- Jak wyrażasz swoje emocje i czy w ogóle masz do nich prawo?
- „Tak chciałabym, a boję się, kochałabym, a zbroję się...”
- Jak łączy się „górne” i „dolne” serce (macica)
- Równowaga między bliskością i samotnością, między miłością a wolnością
- Czy potrafisz uzdrowić siebie i innych swoją miłością?

V – SPOTKANIE NIEBIESKIE:



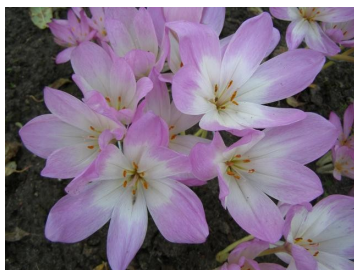
- O czym mówi „klucha” w gardle i jak ją usunąć czyli jak wyrażasz (bądź nie) swoją kobiecość?
- Czy ciągle brakuje Ci czasu? Przyspieszasz czy zwalniasz – jaki jest Twój wzorzec?
- Słów kilka o „SLOW LIFE” – pochwała harmonijnego życia
- Grzeczne dziewczynki idą do nieba, a TY?
- Czy wewnętrzna harmonia i głęboki spokój, niezależny od zewnętrznego życia są w ogóle możliwe?

VI – SPOTKANIE KOLORU INDYGO:



- Przekonania, wzorce, wewnętrzne matryce – przez jaki pryzmat patrzysz na świat?
- Logika a intuicja, lewa a prawa półkula – czy możliwy jest zjednoczony mózg...
- Jaka jest różnica między mózgiem kobiety a mężczyzny?
- Dlaczego boli głowa (nie tylko jako wymówka przed seksem ;-)
- Jak nieustanna (może nieświadoma) kontrola łączy się z paradontozą lub problemami z uszami?

VII – SPOTKANIE FIOLETOWE:



- „Macie oczy, a nie widzicie, macie uszy, a nie słyszycie...”
- Dylemat sensu życia, celu lub misji życiowej
- „Jak uchronić kroplę wody przed wyschnięciem – wrzucając ją do morza” czyli zanurzone w Oceanie Miłości...

SERDECZNIE ZAPRASZAMY!

Iwona Grzesicka i Maria Kerth