Opublikowano: Konstancin-Jeziorna (www.konstancinjeziorna.pl)

Warsztaty „Sztuka bycia sobą”



Data
14-05-2026r.

Godzina
18.30–21.00

Miejsce
KDK „Gryf”, ul. Sobieskiego 13

Wstęp
płatny

Warsztat

Treść

14 maja Konstanciński Dom Kultury zaprasza na warsztaty z cyklu „Sztuka bycia sobą” – sztuka tworzenia symbolicznej biżuterii. Start o godz. 18.30.

Warsztaty w kontakcie ze sobą i swoim ciałem, ukierunkowane na redukcję stresu oraz napięć psychofizycznych. Podczas tego spotkania tworzenie staje się sposobem na zatrzymanie się i przyjrzenie temu, co jest dla Ciebie ważne. Pracując z piórami i kamieniami naturalnymi, uczestnicy stworzą kolczyki będące osobistym symbolem i przypomnieniem konkretnej intencji. To nie jest klasyczny warsztat jubilerski, lecz doświadczeniowa praca, w której twórczość staje się językiem emocji i świadomości, pomagając w odzyskaniu wewnętrznej równowagi. Nie są wymagane umiejętności manualne – liczy się obecność i gotowość do spotkania ze sobą.

Warsztaty poprowadzi Anna Krajewska – doświadczona trenerka i psychoterapeutka Gestalt, dla której twórczość w kontakcie z kulturą i naturą staje się językiem emocji i relacji. Obowiązują zapisy mailowe: Krajewska [dot] sztuka  gmail [dot] com (Krajewska[dot]sztuka[at]gmail[dot]com)

Koszt udziału w warsztatach: 100 zł

Adres źródłowy: https://www.konstancinjeziorna.pl/events/warsztaty-sztuka-bycia-soba-1