

SENSytywni.pl
Rozmawiamy!!!

CZWARTEK 27 WRZEŚNIA 2018 R.; godz. 18:00.

**Zapraszamy serdecznie po wakacyjnej przerwie
na kolejny cykl naszych SENSytywnych rozmów!**



**Gościć nas będzie tym razem herbaciarnia Matcha Bistro & Bar,
ul. Mokotowska 17 (Plac Zbawiciela).**

Spotkania są bezpłatne.

**Korzystamy - dzięki uprzejmości nieodpłatnie - z przestrzeni herbaciarni.
Zamawiając herbatę, kawę czy inne specjały w niej dostępne, wspieramy to miejsce,
wyrażając wdzięczność za przyjazne przyjęcie.**

Rozmawiamy inspirując się wzajemnie, dbając o to, aby równoważyć mówienie i słuchanie.

Piękne lato zainspirowało nas do poruszenia tematu odpoczynku i wypoczynku. Rozmawiając mówiliśmy o tym, że każdy z nas szuka na różne sposoby relaksu i harmonii w życiu, jak też, że mamy swoje skojarzenia z miejscami, w których możemy zadbać o te ważne nasze potrzeby. Ten wątek wybraliśmy jako przewodni na kolejne spotkanie. Gdzie jest nasze miejsce na ziemi? Gdzie lubimy przebywać? Czy jest ona gdzieś blisko czy daleko? Jakie osoby i scenerię lubimy w nim widzieć? Co nam daje? Czy pozwala nam odpocząć czy zaspokoić ciekawość? Czy dzięki niemu można pobudzić kreatywność, spróbować czegoś nowego? A może pozwala nam ono znaleźć schronienie przed nadmierną ilością bodźców? Co lubimy tam robić?

Dlaczego właśnie to nasze miejsce na ziemi jest dla nas szczególne?

Zapraszamy serdecznie do rozmowy!

Program wieczoru:

18:00 - 19:15 swobodna rozmowa osadzona w temacie spotkania

19:15 - 19:30 przerwa na herbatę i „pysznosci” oferowane przez kawiarnię
19:30 -21:00 rozmowa interaktywna: praca z obrazem, słowem, skojarzeniami itp.

Formuła spotkań jest prosta - przyjdź, zasiądź z nami przy wspólnym stole, podczas rozmowy podziel się swoją perspektywą (jeśli chcesz, jeśli wolisz słuchać - to tylko słuchaj), także słuchając i otwierając się na inne podejście, na wzajemne inspiracje.

Osoby, które będą z nami po raz pierwszy, prosimy o potwierdzenie uczestnictwa:
e-mail: kontakt@fundacjamediare.pl

Można przyjść na jedno spotkanie - bez zobowiązania uczestnictwa w kolejnych.

Udział w spotkaniu/rozmowie jest dobrowolny i nieodpłatny.

Prosimy o punktualność. Jeśli jednak z ważnych powodów nie uda Ci się dotrzeć na godz. 18:00, przyjdź o której możesz i włącz się do dyskusji.

Naszym celem jest rozmowa dzięki której możemy się wzajemnie wzbogacać, poznać podobne lub odmiennie punkty widzenia, czerpać z różnorodności. Wspólnie tworzymy bezpieczną przestrzeń, gdzie każdy może poczuć się wysłuchany, zrozumiany, zauważony. Gdzie ważny jest każdy człowiek, jego czas, jego odczucia, doznania, myśli, opinie, poglądy. Gdzie możemy zatrzymać się na chwilę i otworzyć się na swój świat oraz ubogacić go perspektywą innych osób.

Spotkania prowadzą:

Alicja Kuczyńska - Krata: mediator, terapeuta relacji, trener empatycznej komunikacji

Dominika Krata: psycholog, arteterapeuta, mediator

Znajdź nas na facebooku: <https://www.facebook.com/SENSytywne/>

Fundacja MEDIARE: www.fundacjamediare.pl