



„Dziewczynki są z Wenus” cykl warsztatów twórczych dla kobiet

Już w najbliższy czwartek 9 października 2014 w Warszawie rusza nowy cykl warsztatów twórczych dla kobiet „Dziewczynki są z Wenus”.

„Dziewczynki są z Wenus” to warsztaty poświęcone kreowaniu kobiecości, zainspirowane cyklem rysunków i obrazów Darii Selka-Bonna, artystki plastyczki, pedagoga. Warsztaty współprowadzi Agnieszka Ostrowska, coach, trenerka rozwoju osobistego, animatorka kultury.

„Dziewczynki są z Wenus” to opowieść o zbuntowanej Dziewcyńce, która porzuca dotychczasowe życie, by na nowo stworzyć własną opowieść. W związku z tym wyrusza w świat... Poznajemy Ją w chwili, gdy wątpi w wartość swojego dotychczasowego życia, czując, że nie jest ono takie, o jakim marzyła będąc dzieckiem. Czuje się zagubiona, obawia się, że zmyliła ścieżki, że wędruje nie swoją drogą. Gdzieś w głębi serca pragnie zmiany i bliższego spotkania ze sobą. A wszystko po to, by rozwinąć skrzydła i wznieść się w nowe przestrzenie swojego życia z pasją i spełnieniem, bez dotychczasowych ograniczeń, blokujących przekonań i lęku.

„Dziewczynki są z Wenus” to próba polemiki z tym, co Dziewcyńce wypada, a co nie wypada robić w życiu z powodu powierzonych Jej ról społecznych i kulturowych. Jak wiadomo, grzeczne Dziewcyńki idą do nieba... Niegrzeczne idą tam gdzie chcą! I niebo im nie jest potrzebne...

Krocząc swoją drogą, Tytułowa Dziewczynka sama znajdzie w sobie swoje niebo.

Odnajdujesz pewne elementy swojej historii w tej opowieści? Ty też pragniesz iść swoją drogą i znaleźć w sobie własne niebo, na przekór skostniałym stereotypom i schematom? Chcesz za pomocą środków plastycznych i aktywnych metod warsztatowych wykreować osobistą opowieść o potędze kobiecości w przyjaznej, kameralnej grupie kobiet? Spotkasz się ze swoją kreatywnością, odkryjesz zapomniane marzenia o twórczości, przecież możesz więcej niż sądzisz, że możesz. Weźmiesz kartkę papieru i farby do ręki, wymalujesz swoje emocje, opowiesz o swoich myślach i uczuciach, a wszystko po to, by zajrzeć w głąb siebie i doświadczyć radości tworzenia siebie na nowo.

NIE MUSISZ POSIADAĆ ŻADNYCH ZDOLNOŚCI PLASTYCZNYCH, ABY UCZESTNICZYĆ W WARSZTACIE "DZIEWCZYNIKI SĄ Z WENUS".
TU LICZY SIĘ TWOJE ZAANGAŻOWANIE I PASJA.

Czas

9 października 2014 godz. 18.00 – 20.00

Kolejne spotkania raz w tygodniu: pt 17.10, czw 23.10, czw 30.10.

Cykl „Dziewczynki są z Wenus” potrwa do czerwca 2015 r.

Miejsce

Warszawa, ul. Chocimska 12 lok. 4, w sercu górnego Mokotowa, siedziba Drama Way

Opłaty

50 zł - pierwsze spotkanie 9.10

Jeśli zdecydujesz się na udział we wszystkich zajęciach w październiku, za wszystkie zapłacisz 150 złotych.

Abonament miesięczny od listopada – 300 zł

Pojedynczy warsztat od 17.10. – 100 zł

Tematy i obszary kolejnych warsztatów z cyklu „Dziewczynki są z Wenus”

- Dzieciństwo
- Grzeczna czy niegrzeczna?
- Przestrzeń
- Marzenia
- Relacje
- Związki
- Bariery
- Wybory
- Finanse
- Złość
- Asertywność
- Samoakceptacja
- Kobiecość

- Miłość
- Pasja
- Przyszłość
- Dojrzałość
- Przemijanie
- Drzewo afirmacji
- Portret Wenus

Informacje i zapisy

Agnieszka Ostrowska – kom. 517 145 119, agnieszka@teraz-ja.pl

Daria Selka-Bonna – kom. 696 743 503, daria@selka-bonna.com

Prowadzące

Daria Selka-Bonna

artystka plastyk, pedagog

Twórczością plastyczną zajmuję się zawodowo od 1997 roku. Należę do Związku Polskich Artystów Plastyków i Stowarzyszenia Pastelistów Polskich. Malarstwo to dla mnie forma wyrażenia siebie i narzędzie, które pomaga mi nawiązać relację ze światem i z ludźmi. Każda zmiana we mnie i każda przeżyta emocja odnajdują swoje odbicie w mojej sztuce, podążam drogą „w głąb siebie”. Dzięki malarstwu albo przy jego pomocy pogłębiłam samoświadomość. To rodzaj kontemplacji i przestrzeń, w której jestem sama ze sobą. Uważam, że dzięki twórczości zachowuję równowagę w życiu. Interesują mnie funkcje komunikacyjna i terapeutyczna sztuk plastycznych i zastosowanie ich w pracy pedagogicznej i terapeutycznej. Prowadziłam kursy dla nauczycieli z przedmiotu „Terapia plastyką”, pracowałam jako arteterapeutka, prowadziłam warsztaty dla kobiet. Prywatnie jestem mamą Ignacego, Olgi i Jasia. Okresowo opiekuję się ptakami. Wychowałam dziewięć ptaków: srokę, sójkę, kawkę, kosa, samiczkę kapturki, sierpówkę i trzy gołębie grzywacze.

www.selka-bonna.com

Agnieszka Ostrowska

life coach & trenerka rozwoju osobistego

Wspieram kobiety w procesach zmiany, w sytuacjach niełatwych wyborów, wątpliwości i obaw co do dalszej drogi osobistej i zawodowej. Z empatią i uważnością, korzystając z wiedzy i bogactwa własnych doświadczeń, towarzyszę kobietom w drodze kreowania osobistej marki, inspiruję w odkrywaniu talentów, rozwijaniu mocnych stron i czerpaniu z ich potencjału. W efekcie pracy ze mną kobiety wypracowują życiową misję oraz osobistą i zawodową markę, aby kreować swoje życie i aktywność zawodową w zgodzie ze swoimi marzeniami i pasjami.

Pracuję wyłącznie z prywatnymi klientkami, na miarę ich indywidualnych potrzeb i oczekiwań.

Nie współpracuję z korporacjami, gdzie coaching i konsulting odbywa się zazwyczaj pod

dyktando szefa.

Sama porzuciłam korporację, by realizować siebie, żyć w zgodzie ze sobą, swoim rytmem i naturalnym tempem.

Dlatego dla mnie szefem jestem tylko ja. A klientkami indywidualne kobiety, każda wyjątkowa i niepowtarzalna, a wraz z nią jej rozwój, praca nad zmianą i satysfakcja z osobistego bądź biznesowego sukcesu, jaki czeka na nią na końcu naszej wspólnej drogi. Podczas pracy z grupą wykorzystuję aktywne metody warsztatowe, coaching, fotografię, dramę, relaks i wizualizację.

Kocham stan bycia w drodze – wewnętrznej i fizycznej, rozwijając siebie i wspierając rozwój innych, a także odbywając codzienne podróże w kolejce podmiejskiej na tracie Milanówek – Warszawa. Prywatnie jestem mamą Ani i Tosi oraz opiekunką suczek Mili, Puni i kotki Topci.