

WARSZTAT: 18:00 - 21:00

Uważność (mindfulness) - narzędzie redukcji stresu i wzmocnienia pozytywnych emocji

PROWADZĄCA: Magda Mazurkiewicz

MIEJSCE: ul. Grottgera 22 (szkoła podstawowa)

ZAPISY: e-mail: tel. 603 375 160,

magda0602@yahoo.com,

IMPREZA TOWARZYSZĄCA: 18.00 - 21.00

Kiermasz rękodzieła z Meksyku i Gwatemali

PROWADZĄCA: Anna Orłowska

MIEJSCE: Centrum Świadomości, Warszawa, ul. Gwiaździsta 7b m 34

ZAPISY: centrum@swiadomosci.pl,

www.centrumswiadomosci.pl.

## 1 października

WARSZTAT: 10:00 - 12:30

Wygibasy ciała i śniącego ciała - jak pozwolić sobie na więcej swobody i radości bycia. Warsztat pracy z ciałem Living Dance Form.

PROWADZĄCA: Joanna Łukaszewicz-Bernady

MIEJSCE: Klub Talia, Al. KEN 95, wejście od Pasażu Ursynowskiego, metro Stokłosy (mapka:



www.klubtalia.republika.pl/kontakt.htm)

ZAPISY: joanna@livingdanceform.pl,

www.livingdanceform.pl, 608 620 388

## 2 października

WARSZTAT POP: 11.00 - 14.00

Dlaczego choruję? - warsztat terapeutyczno-rozwojowy

PROWADZĄCA: Hanna Dunowska

MIEJSCE: Ośrodek Rozwoju i Psychoterapii

PRZEMIANY ul. Koszykowa 10/5

ZAPISY: hanna@przemiany.com.pl

tel 508 26 52 52

WARSZTATY POP: 16.00 - 19.00

Psychologia kariery - rozwój osobisty i praca zawodowa

PROWADZĄCY: Grzegorz Zieliński

Miejsce: Ośrodek psychoterapeutyczno-szkoleniowy POZA CENTRUM

Al. Ujazdowskie 16/58.

ZAPISY: gzielinski@pozacentrum.pl

## **POP-Kreacje 2011 WROCLAW**

Sala Lustrzana

Budynek Przedsiębiorstwa "Proxima",  
ul. Wierzbowa 15 (róg z Teatralną)

## 24 września

WARSZTAT POP: 10.00 - 13.00

Psychologia Kariery - rozwój osobisty i praca zawodowa

PROWADZĄCY: Grzegorz Zieliński

ZAPISY: 501 409 481, gzielinski@pozacentrum.pl



WARSZTAT POP: 13.30 - 16.30

Koniec

- o świadomym wychodzeniu z relacji.

PROWADZĄCY: Kasia Olga Libich i Grzegorz Zieliński

ZAPISY: 501 409 481, gzielinski@pozacentrum.pl

WYKŁAD POP: 17.00 - 19.00

“Czym jest i czym nie jest psychoterapia.

Przykłady z praktyki własnej”

PROWADZĄCY: Grzegorz Zieliński, Kasia Olga Libich i Kinga Merchel

ZAPISY: 501 409 481, gzielinski@pozacentrum.pl

## 25 września

WARSZTAT POP: 11:00 - 14:00

Ta droga jest moja

PROWADZĄCA: Agnieszka Kubacka

ZAPISY: 609 823 924, agnieszka@sentient.pl

WARSZTAT POP: 14.30 - 17.30

„Zatrzymać świat - warsztat dla zmagających się z presją czasu”

PROWADZĄCA: Kinga Merchel

ZAPISY: 665 570 366, k.mer@interia.pl

PROCES GRUPOWY: 18.00 - 20.00

PROWADZĄCY: Grzegorz Zieliński, Kasia Olga Libich i Kinga Merchel

ZAPISY: 501 409 481, gzielinski@pozacentrum.pl

## **POP-Kreacje 2011 ZLOTOW**

Złotowskie Centrum Aktywności  
Społecznej, Złotów, Al. Piasta 26

## 1 października

WARSZTAT POP: 10:00 - 13:00

Symptomy klimakterium odkryjmy, co nam mówią

PROWADZĄCY: Jadwiga Bytniewska

ZAPISY: tel. 509 664 245, e-mail:

jadwiga@poprostu.gda.pl

WARSZTAT POP: 13:00 - 16:00

Klimakterium - odkrywanie innej Ja

PROWADZĄCY: Anna Blichowska

tel. 504 025 791, e-mail: annabli@o2.pl

## **POP-Kreacje 2011 ZYRARDOW**

## 1 październik

WARSZTAT POP: 17.00 - 20.00

Spotkanie z Krytykiem wewnętrznym

PROWADZĄCA: Dorota Biały

MIEJSCE: Żyrardów, adres zostanie podany

na stronie www.dorotabialy.com.pl we wrześniu

ZAPISY: 691032130; spotkaniazesoba@onet.pl