

PŘEHLED SEMINÁŘŮ A PŘEDNÁŠEK V MĚ SIBŘINA V ROCE 2016

9.1.

Jindra Kriegel START II

Pro dospělé se jedná často o RESTART. Myšlenky semináře se opírají o základní a logické principy PRAKTICKÉHO lidského fungování ve společnosti a kolektivu, které nám chybí a to jen proto, že celá příprava na život se odehrává v rovině teoretické která je plná předsudků a dogmat. A přiznejme si, koho z nás nebrzdí v kariérním, nebo soukromém životě nějaký ten předsudek nebo dogma?

Posluchač je v rámci semináře vtažen do diskuse, která se opírá právě o již zmíněné základy PRAKTICKÉHO lidského fungování ve společnosti a kolektivu. Počet seminářů typu "jak efektivně vést projekt", "jak pracovat v týmu" atd. je v dnešní době jako hub po dešti, ale je to jako byste stavěli dům bez základů. Pokud nám totiž chybí základní schopnost zbavit se předsudků o životě, budeme stále jenom chodit v kruhu a za jeho hranice, kde začínají naše šance a příležitosti se nikdy nepodíváme. A přesně o tom a mnoha dalších tématech je START pro mladé a RESTART pro nás "zkušené".

Cena přednášky 350 Kč včetně malého občerstvení, (při skupince 3 a více osob cena 300 Kč). Čas 10,00 - 15,00. Přihlášky na přednášku prosím zasílejte na zacvicit@gmail.com

6.2.

Jindra Kriegel ŽENA

Proč nejsou muži muži a ženy ženami? Kde se to pokazilo a jak z toho ven? Žijeme správně svoji podstatu? Je v dnešní době vůbec in, aby žena byla skutečnou ženou a muž byl skutečným chlapem?

Cena přednášky 350 Kč včetně malého občerstvení, (při skupince 3 a více osob cena 300 Kč). Čas 10,00 - 15,00. Přihlášky na přednášku prosím zasílejte na zacvicit@gmail.com

5.3.

Lucie Pachareová CO O NÁS ŘÍKAJÍ NAŠE POCITY A EMOCE

Většina lidí nemá ráda nepříjemné pocity a emoce. Často nevíme co s nimi, spíš nás ruší nebo se za ně stydíme a následně se je snažíme potlačit nebo si jich nevšímat. Ale emoce, nejen ty příjemné, ale i nepříjemné, jsou velmi důležité, protože mají v sobě pro nás důležitou zprávu. Často nás upozorňují na důležité věci, kterých si při běžném rytmu dní ani nevšimneme, upozorňují nás na naše zkušenosti, o kterých ani nevíme.

Na semináři budeme mluvit o základních emocích, o jejich významu a smyslu. Podíváme se podrobněji na emoce jako je hněv, strach, nejistota, úzkost ale i na příjemné emoce jako je radost.

Cena přednášky 350 Kč včetně malého občerstvení, (při skupince 3 a více osob cena 300 Kč). Čas 10,00 - 15,00. Přihlášky na přednášku prosím zasílejte na zacvicit@gmail.com

2.4.

Lucie Pacherová a Jan Vašek PARTNERSKÉ VZTAHY

Seminář zaměřený na zlepšení vztahu s partnerem/kou. Zaměříme se na témata: Jak si líp porozumět? Jak projít konfliktem a přitom se nepohádat? Jak se můžu díky mému partnerovi/ce o sobě víc dovědět? Jak z rozdílností obou partnerů vytvořit výhodu a podporu k lepšímu soužití?

Cena přednášky 350 Kč včetně malého občerstvení, (při skupince 3 a více osob cena 300 Kč). Čas 10,00 - 15,00. Přihlášky na přednášku prosím zasílejte na zacvicit@gmail.com

7.5.

Jan Vašek TANEČNÍ SEMINÁŘ II

Taneční seminář pro všechny, kdo by rádi tančili, ale stydí se. Tanečně-pohybový seminář pro odreagování a pro radost. Určený pro všechny, kdo rádi tančí - nebo by rádi tančili, ale nemají odvalu, protože to „neumí“ nebo se považují za „dřeva“. Seminář je určen všem bez rozdílu věku, ženy i muže a nevyžaduje vůbec žádnou předchozí taneční průpravu. Na semináři jde o to, jak se u tance cítíme, nenacvičují se žádné taneční kroky ani variace – formou odpovídá nejvíce „volný tanec“ – každý si může tančit zcela po svém. Jediným omezením je, že se tančí bez fyzického kontaktu s ostatními a druhým omezením je naše fantazie. Zároveň budeme i mluvit o tom, jak se při tanci cítíme, co se nám na tanci líbí a co můžeme udělat pro to, abychom si tanec více užili. Tanec je přirozený pohyb, který si ale často blokuje svými představami o sobě, o svých schopnostech a dovednostech. Často se u něj nedokážeme uvolnit a přitom každý, komu se to podaří, se pak cítí moc dobře. Tanec je jedním z nejefektivnějších způsobů relaxace a zároveň jednou z nejpřirozenějších sportovně-pohybových aktivit, která jednak zlepšuje naši fyzickou kondici, ale především zlepšuje naši náladu a tím naši kondici psychickou.

Cena přednášky 350 Kč včetně malého občerstvení, (při skupince 3 a více osob cena 300 Kč). Čas 10,00 - 15,00. Přihlášky na přednášku prosím zasílejte na zacvicit@gmail.com

4.6.

Jindra Kriegel DUŠE

Obstojí v dnešní přetechnizované době někdo, kdo se na cestu životem ptá své duše? Kde se bere duše? Kam odchází duše? Jak komunikovat s duší? Co je podstatou duše? Co se stane, když tělo a duše přestanou spolu komunikovat? Může duše plakat, může i bolet?

Cena přednášky 350 Kč včetně malého občerstvení, (při skupince 3 a více osob cena 300 Kč). Čas 10,00 - 15,00. Přihlášky na přednášku prosím zasílejte na zacvicit@gmail.com