

Kirjoitan itselleni saaren

Kirjallisuusterapeuttinen kasvuryhmä aikuisille

Ke 1.8., to 2.8., ke 8.8., to 9.8.2018 klo 16.30–19.30

Mustasaaren toimintakeskuksessa
Seurasaaren selällä Helsingin edustalla

Tule nauttimaan Mustasaaren luonnonkauniista merellisestä ilmapiiristä ja tutkimaan itseäsi ja elämääsi lukemisen ja kirjoittamisen sekä niistä viriävien keskustelujen innoittamana.

Taitava kirjoittaja ei tarvitse olla. Kokeilunhalu riittää. Punakynää ei käytetä. Kirjoittajat houkutellessaan kirjoittamaan pienten kirjoitusharjoitusten avulla. Ryhmään mahtuu kahdeksan jäsentä.

*Saareen sopivina teemoina pohdimme muun muassa seuraavia:
Millainen on minun mieleni saari? Onko se turvapaikkani ja energianlähteeni vai taistelulenttänä ja aikarosvoni? Liplattelevatko sen rannoilla kevyet laineet ja virkistävät myrskyt sopivassa suhteessa?
Millainen menneisyys saarella on? Miten kehitän saartani ja millaisena haluan nähdä sen tulevaisuuden?*

Kirjoitamme ja jaamme ajatuksia hyvän sään suosiessa paljon ulkona. Käytössämme on myös sisätila. Mukaan avointa mieltä, omat kirjoitusvälineet ja retkialusta tai vastaava.

Ohjaajana psykoterapeutti, kirjallisuusterapeutti **Silja Mäki**

Hinta 170 e (sis. alv.)

Ilmoittautuminen 28.6.2018 mennessä silja.maki@saunalahti.fi tai 050 313 1027
www.terapiasiljamaki.fi Paikkoja voi kysellä vielä heinäkuun aikanakin.

Lisätietoja kirjallisuusterapiasta: www.kirjallisuusterapia.net

Mustasaaresta: www.mustasaarentoimintakeskus.fi

Mustasaareen pääsee lautalla Taivallahden laiturista arkin klo 16.00. Meno-paluu-lipun hinta 4 e.

Matka kestää 15 minuuttia. Viimeinen lautta lähtee saaresta klo 20.00. Saarella on kahvila.