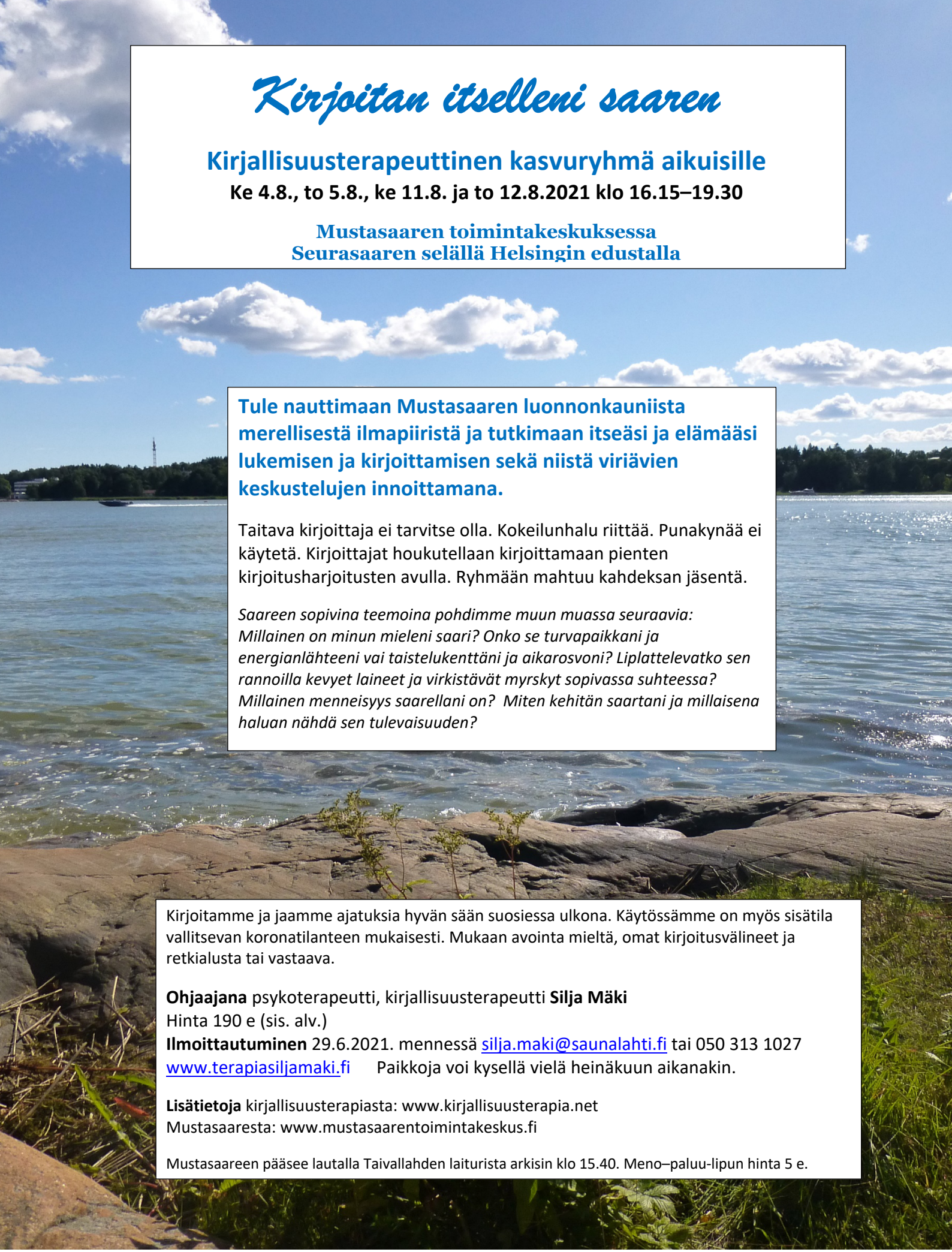

Kirjoitan itselleni saaren

Kirjallisuusterapeuttinen kasvuryhmä aikuisille

Ke 4.8., to 5.8., ke 11.8. ja to 12.8.2021 klo 16.15–19.30

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 houkutellaan 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 taistelukenttäni ja aikarosvoni? Liplattelevatko sen rannoilla kevyet laineet ja virkistävät myrskyt sopivassa suhteessa? Millainen menneisyys saarellani on? Miten kehitän saartani ja millaisena haluan nähdä sen tulevaisuuden?

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

Ohjaajana psykoterapeutti, kirjallisuusterapeutti **Silja Mäki**
Hinta 190 e (sis. alv.)
Ilmoittautuminen 29.6.2021. 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 arkisin klo 15.40. Meno–paluu-lipun hinta 5 e.