



AGNIESZKA ZIEMBIŃSKA

zaprasza na WARSZTATY
z cyklu KOBIECOŚĆ



OSWAJANIE PRZEMIJALNOŚCI

Czy pogodziłaś się z faktem przemijania? Coraz większą ilością zmarszczek na twarzy, pojawiającymi się siwymi włosami i z tym, że kondycja się zmniejszyła i zdrowie z czasem tak nie dopisuje? Czy masz przeświadczenie, że jesteś piękna i młoda, a kiedy spojrzysz w lustro to widzisz jak ząb czasu Ciebie nadgryzł? Czy chodzisz regularnie do kosmetyczki i używasz najlepszych kremów? A może korzystasz z zabiegów kwasem hialuronowym lub botoksem? Walcząc z przemijaniem jak Syzyf. W tym co robisz, nie ma nic złego. Wspaniale jednak mieć do tego dystans i używać darów obecnego wieku, jako możliwość a nie przymus. Warsztat poświęcony jest zaakceptowaniu siebie w danym punkcie życia. Przyjrzymy się temu, co dobrego niesie wiek, w którym jesteś, jakie odniosłam sukcesy i jakie mam osiągnięcia, z czym muszę się pożegnać. Czy moja atrakcyjność zależy od młodości ciała i metryki, czy też od tego, w jakim stopniu kocham i akceptuję siebie. A może my kobiety jak wino im starsze tym jesteśmy smaczniejsze? Na te i inne pytania znajdziemy odpowiedź na warsztacie.

*serdecznie zapraszam
Agnieszka Ziemińska*

INFORMACJE I ZAPISY:

Agnieszka Ziemińska – trener, terapeutka Gestalt. Absolwentka psychologii Uniwersytetu Łódzkiego. Prowadzi szkolenia z zakresu komunikacji interpersonalnej, asertywności, pracy zespołowej, kreatywności, relaksacji. Posiada wieloletnie doświadczenie w pracy psychologa, trenera, psychoterapeutki. Prowadząc szkolenia zwraca dużą uwagę na indywidualne podejście do uczestników, dba o to aby mieli optymalną przestrzeń do nauki i rozwoju. Inspiruje ją terapia behawioralno-poznawcza oraz systemowa, terapia Gestalt, ustawienia wg Berta Hellingera. Z natury jest wiecznym wędrowcem, podróżnikiem, artystką życia. Zwiedziła Indie, Nepal, Bhutan i niemal całą Europę, ale miejscem, do którego zawsze wraca jest Łódź. Więcej informacji o Agnieszce znajdziesz na jej stronie: www.spelnionemarzenia.pl

