

Tunne-elämän vapautuminen

Haluatko tuntea itsesi vapautuneeksi ja elää elämää täydesti?

Suosituksessa Utö-viikonlopussa käymme läpi vapautuneen tunne-elämän esteitä.

Annamme sinulle työkaluja tunteiden käsittelyyn luentojen, tehtävien ja psykodraaman keinoin.

Tule mukaan:

- oppimaan keinoja tunnistaa ja ilmaista lukkiutuneita tunteita
- kokemaan yhteyttä
- kokemaan ulkosaariston lumoava luonto
- kuuntelemaan huippumuusikkojen konserttia