

**Haluatko tarkastella elämääsi kaunokirjallisuuden avulla?
Kertooko runo joskus tunteistasi enemmän kuin puhutut sanat?**

**Voisiko elämän tiivistää novelliin?
Jaatko mielelläsi ajatuksiasi ja kokemuksiasi samanhenkisten ihmisten kanssa?**

Torstaisin 17.1., 31.1., 14.2., 28.2., 14.3., 28.3., 11.4., 25.4.2019

klo 14.00-16.00

Mannerheimintie 93, Helsinki

Sanojen sillalla

Kirjallisuusterapeuttinen kasvuryhmä aikuisille

Tule tutkimaan itseäsi ja elämääsi lukemisen ja kirjoittamisen sekä niistä viriävien keskustelujen innoittamana. Ryhmän tavoitteena on antaa mahdollisuus tunteiden tunnistamiseen ja ilmaisuun ja sitä kautta voimavarojen lisäämiseen.

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

Ryhmään mahtuu kahdeksan jäsentä. Hinta 190 e (sis. alv)

Ohjaajana psykoterapeutti, kirjallisuusterapeutti Silja Mäki/Psykoterapiapalvelu Silja Mäki

Ilmoittautuminen 11.1.2019 mennessä silja.maki@saunalahti.fi tai 050 313 1027

www.terapiasiljamaki.fi