APARTMAJI SOBE ZVEZDA

Čuječna soba

Mosaics of Intention

Privoščite si ustvarjalno-meditativen oddih v Slovenski Istri

Za udeležbo ne potrebujete talenta ali predznanja

Od 25. 6. do 28. 6. 2017 Vas vabimo na 4-dnevni program:

3M – Morje, Mindfulness & Mozaik

V lepem ambientu bomo ...

... na vsakodnevnih 2-3 urnih delavnicah pod strokovnim vodstvom se povezali sami s seboj s pomočjo tehnik čuječnosti (angl. Mindfulness), si izbrali svoj namen in ga vtkali v proces izdelave mozaika

... izdelali vsak svoj unikaten mozaik iz keramičnih ploščic, ki ga boste ponosno odnesli domov.

V kreativnem procesu izdelave se bomo osredotočali na tukaj in zdaj.

... se družili, spoznali nove ljudi in imeli še vedno čas, da samostojno uživate popoldneve na plaži, ali v bogati kulturni in kulinarični dediščini Slovenske Istre.

Slika ozadja in ikon: Freepik (www.freepikcom, www.flaticon.com)

Okvirni razpored delavnice:

ned. 25. 6	pon. 26. 6.	tor. 27. 6.	sre. 28. 6.
od14:00 dalje - Prihod gostov (check in)	9:30 - 10:00 čuječna meditacija in ozaveščanje namena	9:30 - 12:30 čuječna meditacija in izdelovanje lastnega mozaika	9:00 – 11:00 čuječna meditacija in dokončanje mozaika (fugiranje)
19:00 sprejem udeležencev z dobrodošlico, predstavitev programa 3M, čuječnost in voditeljev	10:00 - 12:30 prikaz tehnike in izdelovanje lastnega mozaika		11:00 Zaključek programa**
	Prosto*	Prosto	

*Zvečer v dogovoru z voditeljema možen voden ogled Rižanskega Labirinta z meditacijo (prevoz v lastni režiji)
** Bivanje se lahko podaljša v dogovoru z lastniki apartmajev in njihovo razpoložljivostjo

Apartmaji Sobe Zvezda

Program 3M bo potekal v prijetni družinski hiši s tremi apartmaji in dvema sobama. Apartmaji Sobe Zvezda imajo lasten vhod z lastno pokrito teraso in mizo z dvema stoloma. Na razpolago je lep vrt z veliko mizo namenjeno skupnemu druženju, senčnikom, dvema ležalnikoma in žarom. Na vrtu so posajene najrazličnejše začimbe in zelišča, ki so gostom na razpolago. Pred hišo je zagotovljeno brezplačno parkirišče ter možnost garažiranja koles in motorja. Gostom nudimo tudi možnost uporabe pralnice, likalnice in sušilnega stroja. Brezplačno sta na voljo tudi dve kolesi.

Apartmaji Sobe Zvezda se na prijetni lokaciji v neposredni bližini Kopra, v kraju Pobegi, le 4 kilometre od morja. V kraju je v neposredni bližini pošta, bankomat, trgovina z živili, domača gostilna in picerija. V bližnji okolici je možnost pohodništva, kolesarjenja in teka po urejenih poteh, kopanje v morju in bazenih, uporabe urejenih otroških igrišč ter ogledov kulturnih in zgodovinskih znamenitosti v obmorskih mestih Koper, Izola, Portorož in Piran. Vse podrobnosti o nastanitvi si lahko ogledate na spletni strani: www.apartmajizvezda.com.

Naslov: Cesta I. Istrske brigade 20, 6276 Pobegi **www.apartmajizvezda.com**

Voditelja delavnice 3M:

Maja Frencl Žvanut, psihologinja, se ukvarja s psihoterapijo (kognitivno vedenjska, čuječnost, art terapija) in v svoje delo vključuje umetniško ustvarjanje in meditacijo kot pomembne elemente, ki ljudem pomagajo, da rastejo in se osebnostno razvijajo. Je ustanoviteljica Čuječne sobe, centra za izobraževanje, svetovanje in psihoterapijo.

Boštjan Žvanut se z izdelavo mozaikov ukvarja že 14 let. Pred tremi leti sta z Majo svojo življenjsko pot in delo spojila. Nastal je niz delavnic, kjer se prvine pomoči z umetnostjo in čuječnosti srečajo z izdelavo mozaika. Izvedla sta že številne delavnice v Sloveniji in tujini (Bordeauxu, Kopru Ljubljani in Osijeku). Njuno preteklo delo si lahko ogledate na spletni strani www.mosaicsofintention.com. Podobne delavnice sta že izvedla v Kopru, Bordeauxu, Osijeku in Ljubljani. Voditelja lahko tudi kontaktirate na info@cujecna-soba.com ali na 070/467674

Ljudem pomagava izraziti svoj notranji potencial.

www.cujecna-soba.com

www.mosaicsofintention.com

Cena celotnega programa s prenočiščem v dvoposteljni sobi/apartmaju znaša 120 € na osebo (za zgodnje prijave do 25. 5. 2017), oziroma 135 € na osebo (redna cena). Doplačilo za enopostoljno sobo znaša 8 € na dan. Cena delavnice brez prenočevanja znaša 85 €. Delavnica je primerna za odrasle in otroke starejše od 12. leta. Za udeležbo ne potrebujete talenta ali predznanja. V ceno je vključeno strokovno vodenje, vsi potrebni materiali in uporaba orodja.

Na program se prijavite na e-naslov: apartmaji.sobe.zvezda@gmail.com ali GSM: 031 282 112 oziroma 041 718 145. Prijava je potrjena, ko plačate akontacijo 60 € po osebi na TRR odprt pri banki Intesa Sanpaolo Bank: SI56 1010 0000 1160 697 (Irena Breznik, Cesta I. Istrske brigade 20, 6276 Pobegi). Preostanek zneska se plača v gotovini na delavnici.