

ReStarts

lab sajūtai

Talsu novadā, atpūtas kompleksā „Rezidence Kurzeme”

no 2018. gada 19. līdz 21. oktobrim

PROGRAMMAS PROJEKTS

Piektdiena, 19. oktobrī

Laiks	Aktivitāte
No 16.00	Ierašanās, iekārtošanās Rauši, tēja / kafija
17.00	Atklāšanas pasākums Iepazīšanās aplis
17.30-19.30	Seminārs (Arturs Šulcs, seksologs, pārmaiņu treneris) <i>Semināra tēma drīzumā tiks precizēta</i>
20.00-21.30	Sadziedāšanās meditācija iekšējā miera gūšanai “Dziedināšanās caur tautasdziesmu” (Inga Karpiča, etnomūzikas māksliniece) <i>Šis ir laiks, kad esam gatavi, atvērti iepazīt sevi daudz dziļāk, spert soļus tuvāk sev, savai sirdsbalsij. Mēs meklējam mieru, papildījumu un harmoniju. Meklējam mīlestību, kas mūs piepildītu. Patiesībā tāda ir mūsu daba. Mēs esam šī mīlestība! Dziedot tautasdziesmas, mēs iemācāmies nomierināt prātu, apstādināt nemitīgās domas, iemācāmies sajust sevi no iekšpuses, sajust savu sirdi, sajust to, ka esam daudz vairāk kā tikai ķermenis.</i> <i>Dziedāšanas vakarā dalībnieki tiek mudināti atslābināties un koncentrēties uz savām iekšējām sajūtām, "noliekot malā" visas liekās domas par to, "kā es izskatos no malas" u.tml. Kad esi pilnīgi brīvs un koncentrējies uz savu iekšējo sajūtu, tad spēka vārdi var tevī atvērties, nereti atnesot kādas atziņas, parādot paralēles, atverot skaistas iekšējas sajūtas par saikni ar augstāko.</i> <i>Sadziedāšanās dziesmu vārdi tiks izdalīti.</i> Pēc meditācijas iespējams iegādāties mākslinieces tautasdziesmu albumus "Dvēseles dziesma" (2014) un "Zelta Trepes" (2018)

No 21.30	Pirts
No 24.00	Naktsmiers

Sestdiena, 20. oktobrī

Laiks	Aktivitāte
8.00-9.00	ReSTARTS ķermenim Rīta izkustēšanās un izstaišanās Līdzī ņemam paklājīņu!
No 9.00	Brokastis Uzkodas, tēja / kafija
No 9.30	Individuālas Artura Šulca konsultācijas Līdz pat semināru cikla / nometnes noslēgumam bez papildus maksas. Iespējas izspēlēt arī dažādus rituālus (sevis, savas seksualitātes pieņemšanai, pagātnes atlaišanai u. tml.)
10.00-11.30 12.00-13.30	Seminārs "Personības un ģimenes dinamika caur attiecībām uz dzīves bilanci" Lektore: Aina Poiša, sertificēta ģimenes psihoterapeite, psihodrāmas trenera asistente un TV raidījumu vadītāja <i>Praktisks seminārs ar iespējām izjust paaudžu lomas ģimenes kontekstā, lai gūtu labāku izpratni par konfliktu būtību un atbildības sadalījumu, lai labāk novērtētu katra dzīves posma kvalitāti, lai uzlabotu komunikāciju starp ģimenes locekļiem.</i>
14.00	Pusdienas Zupa, tēja / kafija
15.00-16.30 17.00-18.30	Seminārs "Mīlēt sevi – pozitīvais egoisms" Lektors: Iveta Aunīte, psiholoģe, emocionālās labsajūtas un attiecību eksperte <i>Seminārs par mums, par sievietēm un vīriešiem, kam jāiemācās padarīt sevi par savas dzīves galveno projektu. Par to, cik svarīgi apzināties savas vajadzības un tās apmierināt. Par savas dzīves harmonizēšanu, labklājību, veselību un, protams, mīlestību.</i>
19.00	Vakariņas Salāti, tēja / kafija
No 20.00	Pirts
No 21.00	Vakara sarunas sveču gaismā. Erotiskās masāžas paņēmieni Seksologs, pārmaiņu treneris Arturs Šulcs
No 24.00	Naktsmiers

Svētdiena, 21. oktobrī

Laiks	Aktivitāte
8.00-9.00	ReSTARTS ķermenim Rīta izkustēšanās un izstaiņšanās. Līdzī ņemam pakļājiņu!
No 9.00	Brokastis Uzkodas, tēja / kafija
10.00-11.30 12.00-13.30	Seminārs "Draudzēšanās māksla runā un rīcībā" Lektore: Dace Straume, meistarību centra "Saules nama" vadītāja, personīgās un profesionālās izaugsmes trenere; cilvēka potenciāla izzināšanai, atvēršanai, papildīšanai strādā ar gongu skaņu, kokles mūziku un savu balsi <i>Semināra apraksts drīzumā sekos!</i>
13.30	Uzkodas, tēja / kafija
14.00	Noslēguma pasākums Noslēguma aplis Aptaujas anketa Apliecība par dalību semināros

Dalībnieki

Ikvīens interesents no 18 gadu vecuma

Pieteikšanās

Pieteikties varat mūsu mājas lapā www.pureacademy.lv, aizpildot pieteikuma veidlapu, vai arī zvanot pa tālruni 26354505.

Dalības maksa

148,00 EUR (piesakoties līdz 01.09.2018.)

158,00 EUR (piesakoties līdz 01.10.2018.)

168,00 EUR (piesakoties pēc 01.10.2018.)

Dalības maksā ir iekļauta nakšņošana (2 naktis), visas programmā iekļautās aktivitātes, vieglas brokastis, pusdienas, vakariņas, tēja, kafija, uzkodas.

Atlaide – 20,00 EUR

- iepriekšējo gadu dalībniekiem (pavasara / rudens semināra cikla / nometnes "ReSTARTS labsajūtai" un vasaras nometnes sievietēm "Dieviete Tevī" dalībniekiem),
- mūsu regulārajiem, ilgstošajiem klientiem,
- piesakoties divatā un vairākiem kopā,
- bez nakšņošanas

Atlaiðes nesummējas!

Uzmanību!

Piesakoties daļa dalības maksas (68,00 EUR) jāsamaksā 7 dienu laikā! Lūgums ņemt vērā, ka, nesamaksājot norādītajā laikā, vieta tiek zaudēta.

Pēc 01.09.2018. iemaksātā dalības maksa netiek atmaksāta, ja tomēr nolemjat pasākumā nepiedalīties. Vietu iespējams uzdāvināt citam dalībniekam vai iemaksāto summu novirzīt citu mūsu piedāvāto aktivitāšu apmaksai.

Vieta un nakšņošana

Semināru cikls / nometne notiks atpūtas kompleksā "Rezidence Kurzeme", kas atrodas Kurzemē, Talsu novadā, pusotras stundas brauciena attālumā no Rīgas. Jūs sagaidīs lauku miers, ainaviska, mežu un pļavu ieskauda, sakopta vide un īsti latviskas lauku sētas kolorīts apvienojumā ar mūsdienīgu komfortu.

Nakšņosim labiekārtotās 4-vietīgās istabiņās (katrā istabiņā – duša, tualete, ledusskapis).

Par papildus maksu iespēja nakšņot vienam, divatā vai trijatā (50,00 EUR – visa istabiņa uz pasākuma laiku). Plašāka informācija – www.rezidencekurzeme.lv.

Ekskluzīva papildu iespēja!

Par papildu īpašu maksu (no 10,00 EUR/h) baudīt ājūrvēdas masāžas profesionālas masieres izpildījumā.

Papildu informācija

Tālr. 26354505, e-pasts: info@pureacademy.lv

*Dalībnieku skaits ierobežots, tāpēc aicinām pieteikties laicīgi!
Noslēgumā dalībniekiem tiks izsniegtas apliecības!*