

# "ZAKOCHANA W ŻYCIU" - WARSZTATY ROMANTYCZNE DLA SENIOREK

autor: AOIA

25.05.2022

godz. 17:00 - 20:00

**Twórczy warsztat dla seniorek z rewelacyjną prowadzącą Kasia Tercz**



Akademicki Ośrodek Inicjatyw Artystycznych w Łodzi zaprasza

na bezpłatne warsztaty romantyczne pn. ZAKOCHANA W ŻYCIU 25.05.2022 godz. 17:00-20:00

Prowadzenie: Katarzyna Tercz

Miejsce: AOIA, ul. Zachodnia 54/56 Łódź

Organizator: Akademicki Ośrodek Inicjatyw Artystycznych

Zapisy: sekretariat@aoia.pl, nr tel. 42 633 26 41

Wstęp: bezpłatne

Droga Seniorko, wybierz się z nami w kilkugodzinną podróż odkrywania, przeżywania i pogłębiania stanu wdzięczności i radości z samego faktu Istnienia. To prawda, że ostatnie dwa lata to czas trudny i często obserwujemy i doświadczamy cierpienia. Jednak istnieje "furtka", która pozwala nam spojrzeć na nie z innej perspektywy i na drodze artystycznych działań - przyjąć i przetransformować nasze reakcje na nie. Pewnych sytuacji nie zmienimy, ale możemy zmienić nasze podejście do nich. Ów stan wdzięczności i radości pomaga nam w codzienności dostrzegać piękno, a wokół - dobro. Możemy być Zakochane w Życiu i przeżywać je w pełni, takie, jakie ono jest. Zapraszam Cię na warsztat. Trzy godziny, trzy jakości, trzy procesy twórcze. Od pracy z ciałem inspirowaną japońskim tańcem Butoh, Biodanza, Movement Medicine, przez tworzenie swojego niepowtarzalnego miłosnego totemu - znaku - symbolu - przedmiotu - talizmanu naszej Mocy Wewnętrznej, czyli Miłości, po ekspresję w zaaranżowanej sali, bezpiecznej przestrzeni intymnego światła, zapachów świątynnych żywic, przy dźwiękach pięknej muzyki.

A poza tym: czas w towarzystwie innych Kobiet, rozmowy o życiu, dużo relaksu i łagodności;

opowieści o higienie myśli i emocji wg mistyczek;  
o terapeutycznym oddziaływaniu tańca, muzyki i twórczych działań; czas подарowany  
najważniejszej Osobie w Twoim życiu - Tobie.

Proszę przynieść ze sobą wygodne ubranie, które nie krępuje ruchów, w którym czujemy  
komfortowo i pięknie, a które może się pobrudzić np. farbami :)

Warto też wziąć ze sobą swój notatnik i długopis/ pióro/ ołówek, by w razie potrzeby zapisać  
ważne dla siebie informacje, myśli, refleksje.

Prowadząca: Kasia Kassija Tercz – stypendystka Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego,  
absolwentka rytmiki na Akademii Muzycznej w Łodzi, etnomuzykologii na Uniwersytecie  
Warszawskim. Pieśniarka, kompozytorka, performerka. Autorka muzyki do spektakli  
teatralnych, propagatorka rozwoju poprzez sztukę. Współzałożycielka Społeczności  
"Nomadki". Eksploruje przestrzenie i poziomy istnienia praktykując japoński taniec butoh i  
kontemplując przyrodę. Od wielu lat kreatywnie Pracuje, Poszukuje, Podróżuje. Tworzy i  
współtworzy projekty artystyczne solowe oraz we współpracy z placówkami, organizacjami  
kulturalnymi i edukacyjnymi, oraz artystami w Polsce i za granicą. Występowała m.in. na  
deskach Teatru Lalek Arlekin i Teatru Nowego w Łodzi, Teatru KTO w Krakowie, Teatru  
Munganga w Amsterdamie, reżyserowała spektakle plenerowe w Chorwacji we współpracy z  
Jane McMahan z Columbia University New York. Współtworzyła (jako aktorka, kostiumografka  
i asystentka kostiumografa) kilkanaście realizacji filmowych i telewizyjnych. Po  
doświadczeniach nowotworowych od lat bada wpływ sztuki i kontaktu z naturą na zdrowie i  
jakość życia, oraz uzdrawiający wymiar ekspresji twórczej.

### **Powiązane linki**

- AOIA
- AOIA

